
ВКУСНЫЕ БЛЮДА
НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

ВКУСНЫЕ БЛЮДА НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Ростов-на-Дону
ИД Владис
2006

ББК 36.91
В56

В56 **Вкусные блюда на каждый день.** – Ростов н/Д: Издательский дом «Владис», 2006. – 64 с.

ISBN 5-94194-131-5

Этот сборник лучших кулинарных рецептов станет хорошим подспорьем для каждой хозяйки.

Удивите своих близких новыми блюдами!

ББК 36.91

ISBN 5-94194-131-5

САЛАТЫ И ЗАКУСКИ

БУТЕРБРОДЫ С СЕЛЬДЬЮ

➢ *Ломтик пшеничного хлеба, кусочек сельди, ломтик лимона, кружок сваренного вкрутую яйца, ломтик вареной моркови, зелень петрушки.*

Намазать хлеб маслом, положить на него кусочки сельди, лимона, яйца, моркови, украсить зеленью петрушки. Помните простую истину: глаза помогают есть. Яркие краски, приятный аромат, аппетитный привлекательный вид всегда вызывают желание поскорее отведать кулинарный шедевр.

БУТЕРБРОДЫ «ПОЛОСАТЫЕ»

➢ *Черный хлеб, сливочное масло, сыр.*

Ломтики хлеба намазать тонким слоем сливочного масла, покрыть кусочками сыра, соответствующими размерам хлебных ломтиков, положить друг на друга. На верхний слой на 15–20 минут положить небольшой груз, после чего изделие разрезать тонким острым ножом поперек, в сечении получится полосатость.

Бутерброды положить веером на блюдо, украсить листьями зеленого салата, зеленью петрушки или укропа, цветком из красного помидора, яйца или редиса.

БУТЕРБРОДЫ С КИЛЬКОЙ

➢ *Хлеб, сливочное масло, сваренное вкрутую яйцо, килька, морковь, майонез.*

На ломтики хлеба, намазанные тонким слоем сливочного масла, положить по кружку яйца, на яйцо колечком — кильку, середину колечка украсить майонезом и кубиком отварной моркови.

Бутерброды положить на блюдо, украшенное зеленью, цветком из репчатого лука, редиса, яблока или яйца.

САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО СЛАДКОГО ПЕРЦА И ПОМИДОРОВ

➢ *Зеленый сладкий перец — 300 г, помидоры — 300 г, сваренные вкрутую яйца — 3 шт., майонез — 200 г, соль.*

Перец промыть, очистить от семян, нарезать соломкой, помидоры и яйца разрезать на четыре части, все перемешать, посолить, приправить майонезом.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СВЕЖИМИ ОГУРЦАМИ

➢ *Картофель — 300 г, огурцы — 100 г, помидоры — 150 г, сметана — 150 г, зеленый лук, листья зеленого салата, зелень укропа, соль.*

Картофель очистить, отварить, нарезать кубиками, огурцы и помидоры нарезать ломтиками, все смешать с мелко нарезанным зеленым луком, посолить, приправить сметаной. Салат выложить на блюдо, красиво выстланное листьями зеленого салата, посыпать зеленью укропа и украсить цветком из помидора и огуречной стружки.

САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ, ОГУРЦОВ И МОРКОВИ

➢ *Отварной картофель — 200 г, соленый огурец — 100 г, свежий огурец — 200 г, вареная морковь — 200 г, зеленый горошек — 100 г, кисло-сладкие яблоки — 100 г, майонез — 150 г.*

Картофель, огурцы, морковь нарезать кубиками, яблоки — дольками, все перемешать, приправить майонезом, украсить цветком из моркови.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛУКОМ

➢ *Картофель — 500 г, лук репчатый — 100 г, майонез — 150 г, перец черный молотый, соль.*

Картофель отварить, нарезать кубиками, лук мелко

порубить, все перемешать, приправить солью, перцем, майонезом.

САЛАТ МОРКОВНЫЙ С МАЙОНЕЗОМ

➢ *Вареная морковь — 350 г, соленый огурец — 250 г, вареный сельдерей — 200 г, майонез — 300 г.*

Морковь и огурцы нарезать кубиками, сельдерей — мелкими кусочками, все перемешать, приправить майонезом. Пряности не добавлять.

ОВОЩНОЙ САЛАТ ПО-ФРАНЦУЗСКИ

➢ *Вареная морковь — 150 г, вареный сельдерей — 100 г, консервированный зеленый горошек — 100 г, соленый огурец — 100 г, лук репчатый — 100 г, яблоки — 100 г, майонез — 300 г.*

Морковь, сельдерей, огурцы, яблоки нарезать кубиками, репчатый лук нашинковать, все смешать с зеленым горошком, посолить, приправить майонезом.

САЛАТ ИЗ РЕДИСА И ОГУРЦОВ

➢ *Редис — 200 г, огурец — 200 г, зеленый лук — 150 г, сметана — 150 г, сок лимона — 1 ч. ложка, соль.*

Редис и огурцы нарезать кружочками, смешать с мелко нарезанным зеленым луком, добавить сок лимона, посолить, приправить сметаной, украсить цветком из редиса.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ

➢ *Вареная свекла — 250 г, сок половины лимона, яблоки — 2 шт., сахар — 1 ч. ложка, растительное масло — 2 ст. ложки, зелень петрушки или укропа, соль.*

Свеклу и яблоки нашинковать на крупной терке, перемешать, добавив сок лимона, сахар, соль, приправить растительным маслом, украсить зеленью петрушки или укропа.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ

➢ *Вареная свекла средней величины — 1 шт., чеснок — 3–4 зубчика, 1 яблоко (или сок половины лимона), майонез — 100 г, сахар, соль по вкусу.*

Свеклу и яблоко натереть на крупной терке, смешать с мелко нарубленным чесноком, добавить сахар и соль, приправить майонезом.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ

➢ *Вареная свекла средней величины — 2 шт., чернослив — 200 г, сок половины лимона, майонез — 100 г, сметана — 100 г, сахар, соль по вкусу.*

Свеклу натереть на крупной терке, чернослив (предварительно промытый и замоченный, очищенный от косточек) нарезать кусочками, все перемешать, сбрызнуть соком лимона, посолить, приправить майонезом, смешанным со сметаной и сахаром.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ

➢ *Редька черная — 500 г, хрен тертый — 100 г, лук репчатый — 1 головка, мелко нарубленная зелень петрушки — 2 ст. ложки, растительное масло — 2 ст. ложки, уксус — 2 ст. ложки, соль и перец — по вкусу.*

Редьку натереть на крупной терке, обдать кипятком, откинуть на дуршлаг. Лук мелко порубить. Смешать все компоненты. Добавить соль, уксус, перец, приправить маслом. Перемешать и посыпать зеленью.

САЛАТ ИЗ ПЕРЦА

➢ *Сладкий болгарский стручковый перец — 500 г, помидоры — 500 г, лук репчатый — 2 головки, мелко нарубленная зелень петрушки — 2 ст. ложки, растительное масло — 3–4 ст. ложки, уксус — 1 ст. ложка, соль по вкусу.*

Перец вымыть, обсушить, очистить от семян и нарезать тонкими полосками. Смешать с ломтиками помидоров, нарезанным кольцами луком и петрушкой. Посолить и заправить маслом и уксусом.

САЛАТ ИЗ СЫРА И ЯБЛОК

➢ *Сыр — 200 г, яблоки — 2 шт., горчица — 2 ч. ложки, майонез — 100 г, зеленый салат, сахар, соль.*

Сыр нарезать кубиками, яблоки — дольками, часть зеленого салата мелко нарезать, все перемешать; майонез смешать с горчицей, солью, сахаром и этой смесью приправить салат. Дно салатника красиво выстлать листьями зеленого салата и на них выложить приготовленный салат.

САЛАТ ИЗ БРЫНЗЫ С ПОМИДОРАМИ И ПЕРЦЕМ

➢ *Брынза — 200 г, помидоры — 200 г, сладкий красный и зеленый перец — 200 г, свежие огурцы — 100 г, зелень сельдерея или петрушки — 100 г, чеснок — 3 зубчика, сметана — 200 г.*

Брынзу мелко раскрошить, помидоры нарезать кружочками, перец — кольцами, огурцы — кубиками, зелень мелко нарезать, чеснок растолочь, все перемешать, приправить сметаной.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ

➢ *Редька — 500 г, растительное масло — 2 ст. ложки, зелень укропа, соль.*

Редьку натереть на крупной терке, приправить растительным маслом, солью, посыпать зеленью укропа. Подавать с ломтиками теплого ржаного хлеба.

САЛАТ ИЗ МОЛОДОГО КАРТОФЕЛЯ

➢ *Молодой картофель — 1 кг, сваренные вкрутую яйца — 4 шт., сметана — 250 г, щепотка сахара, зелень петрушки, соль.*

Молодой картофель отварить в мундире, очистить, нарезать кружочками, сбрызнуть уксусом. Желтки вынуть и тщательно растереть, добавляя по одной ложке сметану. Соус приправить сахаром, солью, уксусом и мелко нарезанными белками и зеленью петрушки. Соусом залить картофель, выдержать 30 минут на холоде.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЧЕСНОКОМ

> *Картофель — 300 г, чеснок — 2 зубчика, зеленый лук — 2 ст. ложки, растительное масло — 2 ст. ложки, уксус — 1 ч. ложка, соль.*

Очищенный картофель нарезать кубиками, отварить в подсоленной воде до полуготовности, воду слить, закрыть крышкой и довести до готовности на пару, картофель охладить, положить в салатник. Очищенный чеснок растолочь с солью, заправить растительным маслом и уксусом, перемешать, полученным соусом приправить картофель, посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

КАРТОФЕЛЬНО-ОРЕХОВАЯ ЗАКУСКА

> *Отварной картофель — 8 шт., яблоки — 2 шт., грецкие орехи — 1 стакан.*
> ***Соус 1:** уксус — 3 ст. ложки, растительное масло — 8 ст. ложек, соль, перец — по вкусу.*
> ***Соус 2:** крутые желтки — 3 шт., сметана — 1 стакан, уксус — 1,5 ст. ложки, соль и сахар — по 1 ч. ложке.*

Картофель и яблоки очистить и нарезать тонкими ломтиками. Добавить измельченные грецкие орехи. Заправить соусом (по выбору).

Для приготовления соуса 1 смешать все компоненты.

Для соуса 2 желтки растереть, добавить сметану и размешивать до получения однородной массы. Добавить соль, сахар, уксус и все тщательно перемешать.

САЛАТ «ГУРМАН»

> *Отварное мясо разных сортов: говядина, телятина, свинина, филе курицы, индейки (в любой композиции на усмотрение хозяйки) — 500 г, маринованные огурцы — 300 г, лук репчатый — 2 головки, яблоки — 2 шт., майонез — 250 г, сок лимона — 2 ч. ложки, соль и перец — по вкусу.*

Все продукты нарезать (овощи можно натереть на специальной терке) тонкими узкими полосками типа лапши, полить соком, посолить, поперчить и заправить майонезом.

КОРЗИНОЧКИ ФАРШИРОВАННЫЕ

> ***Тесто:** сметана — 150 г, масло сливочное — 150 г, соль — 0,5 ч. ложки, мука — 2 стакана, сода — на кончике ножа.*
> ***Начинка для корзиночек:***
> ***Вариант 1:** икра черная — 1 баночка (90–110 г), масло сливочное — 100 г, крутые желтки — 3 шт., лимон — 0,5 шт.*
> ***Вариант 2:** ветчина — 200 г, сыр твердых сортов — 200 г, творог — 100 г, рубленая зелень петрушки — 1 пучок, сметана — 200 г, соль и перец — по вкусу.*
> ***Вариант 3:** оливки без косточек — 200 г, белки крутые — 4 шт., огурцы маринованные — 2 шт., майонез — 150 г.*

Из компонентов, указанных в рецепте для приготовления теста, замесить мягкое тесто, заполнить им формочки и выпекать до готовности примерно 10–12 минут. Когда корзиночки остынут, заполнить их фаршем.

Вариант 1:

Масло тщательно растереть с желтками. Полученной смесью заполнить корзиночки наполовину. Сверху положить икру. Украсить полукружьями лимона.

Вариант 2:

Сыр натереть на мелкой терке, добавить отжатый творог, пропущенную через мясорубку ветчину, зелень. Посолить, поперчить. Добавить сметану. Тщательно перемешать и заполнить этой смесью корзиночки.

Вариант 3:

Оливки нарезать кружочками, белки натереть на мелкой терке, огурцы очень мелко порубить. Добавить майонез, перемешать и заполнить смесью корзиночки.

МИНИ-ПИЦЦЫ

> *Сушки простые — 12 шт., тонкие ломтики хлеба — 12 шт., мелко нарезанная ветчина — 0,5 стакана, кетчуп — 6 ч. ложек, мелко нарезанные грибы — 0,5 стакана, сыр тертый — 0,5 стакана.*

Сушки размочить в воде, просушить салфеткой. Каждую сушку положить на ломтик хлеба, сверху обмазать кетчупом, выложить фарш из смеси ветчины и обжаренных в масле грибов. Посыпать сыром и запечь в духовке до оплавления сыра.

СУПЫ

СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ

➢ *Свежая капуста — 350 г, картофель — 4 шт., морковь — 2 шт., корень петрушки — 1 шт., помидор — 1 шт., бульон (или вода) — 2 л, зелень петрушки или укропа — 1 пучок, перец по вкусу, сметана — 0,5 стакана, соль.*

Капусту нарезать шашечками, картофель — кубиками, остальные овощи — ломтиками. Петрушку, лук, помидоры обжарить на масле. В кипящий бульон положить капусту, довести снова до кипения, добавить пассерованные овощи и картофель. Варить 20–25 минут. За 2–4 минуты до окончания варки посолить. В тарелку с супом положить ложку сметаны, мелко рубленную зелень петрушки. Вместо капусты можно использовать щавель (200–250 г). Класть его в суп нужно за 5–6 минут до окончания варки.

СУП С МЯСОМ И ОВОЩАМИ

➢ *Мясо — 200 г, картофель — 3 шт., лук репчатый — 2 головки, вода — 2 л, ржаной черствый хлеб — 200 г, чеснок — 3 зубчика, соль.*

Мясо пропустить через мясорубку, залить кипящей водой так, чтобы мясо было покрыто ею, и быстро довести до кипения; жир и пену не снимать. Варить 2–3 минуты. В бульон положить крупно нарезанный картофель, нарезанный лук, соль и снова довести его до кипения. Варить 5–6 минут, настаивать 10–15 минут. Раскрошить в тарелку черствый хлеб, положить измельченный чеснок и залить горячим супом.

СУП ОВОЩНОЙ С МЯСОМ

➢ *Мясной фарш — 2 ст. ложки, картофель — 2 шт., лук репчатый — 1 головка, морковь — 1 шт., вода — 4 стакана, соль.*

Очищенный картофель нарезать тонкими кружочками, очищенную и промытую морковь — соломкой, лук порубить. В кипящую соленую воду положить овощи, мясной фарш, довести до кипения и варить 5–6 минут, затем настаивать 15–20 минут при закрытой крышке без нагревания.

СУП С СОСИСКАМИ

➢ *Сосиски — 300 г, сливочное масло — 50 г, лук репчатый — 1 головка, молоко — 1 ст. (или 0,25 стакана сметаны), мука — 1 ст. ложка, красный молотый перец — 1 ч. ложка, молотый черный перец, мускатный орех и соль по вкусу, бульон (или вода) — 1 л.*

В 2/3 предусмотренного количества жира обжарить измельченный лук. Добавить муку и молотый красный перец, тщательно размешать и влить горячую воду или бульон (около 5 стаканов). С сосисок снять оболочку, нарезать их кружками и немного потушить в оставшемся жире. Добавить в суп после того, как он закипит. В конце заправить молоком (или сметаной) и приправами (молотым черным перцем, измельченным мускатным орехом и солью) по вкусу.

ОКРОШКА МЯСНАЯ

➢ *Квас — 1,5 л, огуречный рассол — 0,5 стакана, мелко нарезанное отварное мясо — 1 стакан, мелко нарезанный отварной картофель — 0,75 стакана, лук репчатый — 1 головка, рубленый зеленый лук — 0,75 стакана, соленые огурцы — 2 шт., редис — 1 пучок, сваренные вкрутую яйца — 2 шт., столовая горчица — 1 ст. ложка, рубленая зелень петрушки, укропа, эстрагона — по 1 ст. ложке, сметана — 150 г, соль и перец — по вкусу.*

Квас смешать с огуречным рассолом и полученной смесью залить мясо и картофель. Дать постоять 10 минут.

Зеленый лук растереть с солью, добавить нарезанные кубиками свежие и соленые огурцы, репчатый лук и порезанный тонкими пластинками редис. Овощи смешать с заливкой. В последнюю очередь положить измельченные яйца и зелень. Желток растереть с горчицей, добавить перец, соль, сметану, перемешать и подать на стол в отдельном соуснике.

РИСОВЫЙ СУП С МЯСНЫМИ КЛЕЦКАМИ

➢ *Рис — 0,75 стакана, мясной фарш — 500 г, яйца — 2 шт., лук репчатый — 2 головки, мелко нарубленная зелень укропа и петрушки — 1 ст. ложка, соль и перец — по вкусу, вода — 2 л.*

Рис перебрать, промыть, смешать с фаршем и яйцами. Из полученной массы сделать шарики диаметром 3 см и опустить их в подсоленную кипящую воду. Варить 15–20 минут до готовности риса. Перед окончанием варки добавить нарезанный тонкими кольцами лук и зелень. Поперчить и подать на стол.

СУП С ГАЛУШКАМИ ИЗ ГОВЯЖЬЕЙ ПЕЧЕНИ

➢ *Печень говяжья — 300 г, яйца — 2 шт., манная крупа — 4 ст. ложки, молотые сухари — 1,5 ст. ложки, рубленая зелень петрушки — 2 ст. ложки, соль, перец молотый, мускатный орех, лимонная цедра — по вкусу, вода — 1,5 л.*

➢ *Для заправки: яйца — 2 шт., сметана — 150 г.*

Печенку пропустить через мясорубку, смешать с манкой, сухарями, яйцами, солью, черным перцем, тертым мускатным орехом и лимонной цедрой. В кипящую воду или бульон, приготовленный из 3 кубиков «Кнорр», опустить галушки. Для этого надо столовой ложкой брать печеночную смесь, а смоченной в воде чайной ложкой отделять галушки и опускать их в кипяток. Варить при слабом кипении до всплытия на поверхность. Перед подачей на стол заправить сметаной, взбитой с яйцами.

СУП ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ

➢ *Цветная капуста — 1 вилок, сметана — 0,5 стакана, мука — 1,5 ст. ложки, рубленая зелень петрушки — 1 ст. ложка, масло сливочное — 1 ст. ложка, лимонная цедра — на кончике ножа, вода — 1,5 л, соль по вкусу.*

Капусту разобрать на отдельные соцветия (крупные разрезать) и отварить в подсоленной воде в течение 10 минут. Муку развести в небольшом количестве воды и влить в кипящий бульон с капустой. Суп варить еще 5–10 минут на слабом огне, заправить лимонной цедрой. Снять с огня, добавить сметану и сливочное масло. Подать на стол, посыпав зеленью.

СУП С ЛОСОСЕМ КОНСЕРВИРОВАННЫМ

➢ *Консервированный дальневосточный лосось — 1 банка, картофель — 4 шт., черный перец — 5 горошин, лавровый лист — 1 шт., соль, зелень укропа.*

Влить в кастрюлю 4 суповые тарелки воды, довести до кипения, опустить нарезанный кубиками картофель. Когда вода закипит, к картофелю добавить лосось, приправить солью, перцем, лавровым листом.

Подавать суп горячим, посыпав мелко нарезанной зеленью укропа.

СУП РЫБНЫЙ

➢ *Рыба (судак, окунь, треска) — 1 кг, морковь — 1 шт., лук репчатый — 1 головка, картофель — 4 шт., лавровый лист — 2 шт., черный перец — 10 горошин, соль, зелень укропа, петрушки.*

В кипящую воду опустить звездочки моркови, кубики картофеля, кольца репчатого лука, приправить солью, перцем, лавровым листом, довести до кипения, после чего опустить подготовленные куски рыбы и довести до готовности, снимая пену.

Подавая суп к столу, посыпать зеленью укропа.

СУП ИЗ ШАМПИНЬОНОВ

➢ *Шампиньоны — 500 г, лук репчатый — 2 головки, сваренные вкрутую яйца — 2 шт., сливочное масло — 2 ст. ложки, сливки — 1 стакан, мука — 1 ст. ложка, мелко нарубленная зелень петрушки — 1 ст. ложка, морковь — 1 шт., вода — 1,5 л, соль по вкусу.*

Шампиньоны, лук и морковь пропустить через мясорубку и потушить на медленном огне 5—7 минут. Добавить муку, соль, влить воду. Снять с огня, долить сливки, посыпать зеленью и крупно нарезанными яйцами.

СУП С ГРИБАМИ

➢ *Бульон или вода — 1,5 л, грибы — 200 г, лук репчатый — 1 головка, морковь — 1 шт., петрушка — 1 корень, масло — 2 ст. ложки, мука — 2 ст. ложки, сметана — 4 ст. ложки, соль, молотый перец — по вкусу.*

В бульоне или воде отварить мелко нарезанную морковь, корень петрушки, обжаренные в масле свежие или соленые грибы и лук. Через 10 минут добавить пассерованную муку, перец, проварить, добавить соль по вкусу. При подаче в каждую тарелку с супом положить по ложке сметаны, посыпать мелко нарезанной зеленью.

СУП ГРИБНОЙ ХОЛОДНЫЙ

➢ *Вода — 1,5 л, сушеные белые грибы — 100 г, жареное мясо — 200 г, сваренное вкрутую яйцо — 1 шт., сметана — 100 г, свежие огурцы — 200 г, зеленый лук, укроп, соль, сахар.*

Сушеные грибы промыть, замочить в холодной воде, затем сварить в той же воде, отвар слить, грибы нарезать соломкой. Отвар охладить. Мясные продукты, огурцы и яйцо нарезать кубиками. Лук растереть с солью до выделения сока. Все подготовленные продукты смешать, полить охлажденным грибным бульоном, добавить сметану, посолить по вкусу, добавить сахар. При подаче посыпать мелко нарезанным укропом.

СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ

➢ *Черствые хлебные корки — 300 г, лук репчатый — 2 головки, яйца — 2 шт., масло сливочное — 3 ст. ложки, петрушка (корень и зелень) — 1 шт., красный молотый перец — 0,5 ч. ложки, вода — 1,5 л, соль по вкусу.*

В масле обжарить нарезанные кубиками хлебные корки, лук и корень петрушки. Залить водой, оставив 0,5 стакана и довести до кипения. В оставшуюся воду вбить яйца и полученную смесь влить в кипящий суп, интенсивно помешивая, чтобы не было комков. Посолить, поперчить, проварить 2—3 минуты. Нарезанную петрушку засыпать в готовый суп прямо в тарелки.

СУП С ОРЕХАМИ И ПРЯНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ

➢ *Лук порей — 3 стебля, лук репчатый — 1 головка, зелень петрушки, укропа, кинзы, мяты, сельдерея — по 1 ст. ложке, мука — 2 ст. ложки, толченые грецкие орехи — 0,5 стакана, сметана — 1 стакан, вода — 1,5 л.*

Лук (репчатый и порей) и коренья мелко нарезать, засыпать в кипящую подсоленную воду и варить 5—7 минут, пока вода не окрасится в зеленоватый цвет. Заправить мукой, разведенной в небольшом количестве воды, и орехами, после чего варить еще 7—8 минут. Заправить мелко нарезанной зеленью и дать настояться под крышкой 3—4 минуты. Отдельно подать сметану.

СУП ГОРОХОВЫЙ С СЫРОМ

➢ *Горох — 0,5 стакана, сыр — 100 г, лук репчатый — 1 головка, морковь — 1 шт., майонез — 2 ст. ложки, вода — 1 л, соль, перец.*

Промытый и перебранный горох залить водой и варить 8—10 минут, добавить рубленую луковицу, морковь, сыр, протертые на крупной терке, соль, перец, довести до кипения и подать к столу.

СЫРНЫЙ СУП С БЕЛЫМ ХЛЕБОМ

➢ *Белый хлеб — 100 г, сливочное масло — 25 г, сыр — 100 г, лук репчатый — 3 головки, крутой желток — 1 шт., зелень петрушки, соль.*

Хлеб нарезать кубиками, обжарить в масле, остудить, перемешать с тертым сыром. Поджарить мелко нарезанный лук, залить его овощным бульоном, добавить хлебно-сырную смесь и подогреть. Перед подачей на стол засыпать нарубленной зеленью петрушки и растертым куриным желтком.

СУП ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С БРЫНЗОЙ

➢ *Консервированный горошек — 1 стакан, отвар от консервированного горошка — 1 стакан, картофель — 3 шт., свежий огурец — 1 шт., брынза — 100 г, перец по вкусу, сметана — 2 ст. ложки, вода — 1 л, зелень укропа — 2 ст. ложки, соль.*

Картофель, нарезанный тонкими кружочками, залить водой, варить 3–4 минуты, добавить консервированный горошек с отваром, нарезанный соломкой огурец, брынзу, натертую на крупной терке, перец, зелень укропа, сметану и подать к столу.

СУП С ЗЕЛЕНЫМ КОНСЕРВИРОВАННЫМ ГОРОШКОМ

➢ *Горошек зеленый консервированный — 1 стакан, картофель — 2 шт., сливочное масло — 2 ст. ложки, лук репчатый — 1 головка, сливки — 0,5 стакана, отвар от горошка зеленого консервированного — 0,5 стакана, вода — 0,5 л, молоко — 1 л, соль.*

Очищенный картофель нарезать кубиками, залить горячей водой и варить до готовности. Затем влить горячее молоко, положить зеленый консервированный горошек с отваром, сливочное масло, рубленый репчатый лук, соль, довести до кипения и дать настояться 10–15 минут. Подавать со сливками.

СУП МОЛОЧНЫЙ С ХЛЕБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ

➢ *Молоко — 1 л, масло сливочное — 1 ст. ложка, соль, сахар.*

➢ *Для фрикаделек: хлеб (пшеничный) — 200 г, молоко для замачивания хлеба — 0,5 стакана, яйца — 1 шт., масло сливочное — 1 ст. ложка, соль, сахар.*

Из тертого хлеба, яйца, сливочного масла и молока приготовить тесто. Сформировать из теста шарики-фрикадельки и отварить в молоке. Заправить по вкусу солью и сахаром.

При подаче положить кусочек сливочного масла.

2-1702

БЛЮДА ИЗ МЯСА, ПТИЦЫ И РЫБЫ

ОГУРЧИКИ «ПО-ТИРАСПОЛЬСКИ»

> *Свиная вырезка — 800 г, чеснок — 1 головка, сало шпик — 200 г, соль и перец — по вкусу.*

Свинину нарезать тонкими пластинками, чтобы получилось 8 штук. Предварительно замороженное сало натереть на терке, чеснок растолочь в прессе. На каждую мясную пластинку положить сало, смешанное с чесноком, посолить, поперчить, свернуть рулетики, перевязать их ниткой, уложить на противень или сковороду, подлить немного воды и запечь в духовом шкафу в течение 12–15 минут. Перед подачей на стол рулеты освободить от ниток.

СВИНЫЕ ПОЛОСКИ В КЛЯРЕ

> *Свиная вырезка — 600 г, жир для жарения — 300 г, соль, перец, мускатный орех — по вкусу.*

> *Для теста: мука — 0,5 стакана, сливки или сметана — 2 ст. ложки, пиво светлое — 1 стакан, яйца — 2 шт., соль — по вкусу.*

Свинину нарезать полосками 5×2 см, посолить, поперчить. Каждый кусочек наколоть на вилку, обмакнуть в тесто и быстро опустить в кипящее масло. Обжарить со всех сторон до образования красивой золотисто-красной корочки.

Гарнировать свежими и маринованными овощами, консервированным зеленым горошком и картофелем «фри».

ЗАВИТКИ ИЗ ВЕТЧИНЫ

> *Ветчина и сыр — по 8 тонких ломтиков, масло сливочное — 1 ст. ложка.*

На каждый ломтик ветчины положить сыр, свернуть в виде рулета, перевязать ниткой, и обжарить до образования хрустящей корочки. Подавать с картофельным пюре и овощными салатами. Не забыть освободить рулеты от ниток.

СТРОГАНКА С ГОРЧИЦЕЙ

> *Говядина (вырезка) — 600 г, сливочное масло — 3 ст. ложки, мука — 1 ст. ложка, горчица столовая — 1 ст. ложка, сметана — 2 ст. ложки, томатная паста — 1 ст. ложка, лук репчатый — 2 головки, вода — 2 стакана, соль и перец — по вкусу.*

Говядину нарезать тонкими полосками, посыпать солью и перцем. На сухой сковороде обжарить муку до золотистого цвета, добавить воду и довести до кипения, непрерывно помешивая, чтобы не было комков. Процедить, добавить горчицу, томатную пасту, посолить и поперчить. В последнюю очередь положить сметану и довести до кипения.

На другой сковороде в масле на сильном огне обжарить мясо и мелко нарезанный лук. Вылить в содержимое соус, плотно накрыть крышкой и потушить 10–15 минут.

КОТЛЕТЫ КОРОЛЕВСКИЕ

> *Говядина — 300 г, свинина — 200 г, баранина — 100 г, лук репчатый — 2 головки, картофель, морковь — по 2 шт., молоко — 0,5 стакана, яйца — 2 шт., белый хлеб — 3 ломтика без корок, изюм — 2 ст. ложки, измельченные грецкие орехи — 2 ст. ложки, рубленая зелень кинзы — 2 ст. ложки, масло топленое или сливочное — 2 ст. ложки, чеснок — 3 зубчика, соль, молотый черный и душистый перец, тмин — по вкусу.*

Все мясо, лук, морковь, картофель и замоченный в молоке хлеб пропустить через мясорубку. В полученный

фарш добавить зелень, молотый душистый и черный жгучий перец, тмин, яйцо, соль. Сформовать 12 котлеток, положив внутрь каждой орехи и изюм. Обвалять в муке и зажарить во фритюре. Выложить шумовкой на блюдо. Подавать в горячем виде с салатом из свежих овощей и картофельным пюре.

КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ

➢ Говядина (реберная часть) — 600 г, красное столовое вино — 1 стакан, мука — 2 ст. ложки, жир — 2 ст. ложки, соль и перец — по вкусу.

Кусок говядины разделить на 4 части, так, чтобы каждый кусок оставался с реберной косточкой. Отбить, посолить, поперчить и обжарить в хорошо разогретом жире с двух сторон. Вынуть куски мяса и в тот же жир с образовавшимся от жарения мяса соком добавить вино и муку. Довести до кипения и вылить на котлеты.

В качестве гарнира подавать тушеную стручковую фасоль в сухарях, консервированный зеленый горошек, жареный картофель или рассыпчатый рис.

ЭСКАЛОПЫ ПО-ЛУКУЛЛОВСКИ

➢ Телячий эскалоп — 4 шт., сливочное масло — 40 г, бекон — 4 ломтика, швейцарский сыр — 4 ломтика, перец, соль.

Растопить в скороварке масло, положить в него эскалопы, посолить, на каждый положить по куску бекона и сыра, поперчить. Жарить в открытой кастрюле 5 минут. Затем закрыть и жарить еще 5 минут. Подавать, полив полученным соусом.

ШАШЛЫК В КАСТРЮЛЕ

➢ Баранина — 200 г, лук репчатый — 75 г, гранатовый сок — 25 г, зерна граната — 80 г, зелень петрушки, соль, перец — по вкусу.

Корейку или грудинку жирной баранины нарезать небольшими кусками, положить в кастрюлю с маслом, посыпать солью, перцем и обжарить. В готовое мясо добавить нарезанный кольцами репчатый лук и продолжать жарить еще 5 минут. После этого влить свежий гранатовый сок, перемешать и снять шашлык с огня.

Подать шашлык, посыпанный зернами граната и зеленью петрушки.

ВЫРЕЗКА ЖАРЕНАЯ С ОВОЩАМИ

➢ Вырезка — 200 г, топленое масло — 20 г, мука — 5 г, баклажаны — 80 г, помидоры — 80 г, красное вино — 20 г, бульон — 130 г, зелень петрушки, перец, соль — по вкусу.

Подготовленную вырезку разрезать на куски, по одному на порцию, слегка отбить тяпкой, посыпать солью, перцем и обжарить с обеих сторон на топленом масле. Отдельно поджарить нарезанные ломтиками баклажаны и помидоры, разрезанные пополам, добавить обжаренную муку (мука должна быть темно-коричневого цвета), разведенную бульоном, соль, перец, красное вино, все перемешать и дать закипеть.

Подать вырезку на блюде, вокруг вырезки уложить баклажаны и помидоры, полить подливкой и посыпать зеленью.

ЦЫПЛЕНОК ЖАРЕНЫЙ (ТАБАКА)

➢ Цыпленок — 1 шт., сметана — 1 ч. ложка, жир — 20 г, чеснок — 1–2 зубчика, соус кетчуп или ткемали — 50 г, соль, перец.

У тушки обработанного цыпленка разрезают грудку, цыпленка разворачивают, при этом делают насечку по позвоночнику с внутренней стороны, слегка отбивают в местах суставов, натирают чесноком, посыпают солью и перцем. Перед жареньем внутреннюю часть смазывают сметаной и выкладывают на разогретую с жиром чугунную сковороду спинкой вверх, сверху кладут крышку-пресс. Когда внутренняя часть цыпленка хорошо зарумянится, спинку смазывают сметаной, переворачивают ее вниз, снова кладут пресс и жарят до готовности.

РУЛЕТ «РАДУГА»

➢ *Филе кур без кожи — 650 г, томат-паста — 250 г, курага — 440 г, коньяк — 100 г, желатин — 3,5 г, соль, перец черный.*

Мясо кур отбить, выложить на марлю, смазать томатом. Сверху положить курагу, сбрызнуть коньяком, посыпать солью, перцем, желатином. Плотно завернуть, перевязать и отварить.

Подать, нарезав на порции, украсить зеленью.

КУРИНЫЕ ОКОРОЧКА, ТУШЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ И ЛУКОМ

➢ *Куриные окорочка — 4 шт., морковь — 3 шт., лук репчатый — 3 головки, сметана — 250 г, красный слабожгучий перец — по вкусу, перец горошком, гвоздика — по 3 шт., жир для жарения — 3 ст. ложки, соль.*

Окорочка поместить на сильно разогретую большую сковороду и быстро обжарить с двух сторон до образования румяной корочки. Сюда же добавить мелко нарезанный лук и натертую на крупной терке морковь. Перемешать с жиром, добавить соль, специи, залить сметаной и потушить под крышкой 15–20 минут.

Подавать с отварным рисом, картофелем и маринованными овощами.

КУРИЦА В ВИНЕ

➢ *Бройлерный цыпленок — 1 шт., шампиньоны свежие — 200 г, лук шалот — 10–12 луковиц, сухое красное вино («Саперави», «Мукузани») — 0,5 л, коньяк — 50 г, масло сливочное — 150 г, мука — 1 ст. ложка, лавровый лист — 2 шт., соль и перец — по вкусу.*

Цыпленка разделить на 4 части и обжарить в сильно разогретом масле. Снять куски со сковороды и обжарить мелко нарезанные шампиньоны. Затем снова положить цыпленка, посыпать солью, перцем, мукой, добавить лавровый лист и луковички. Все перемешать, залить вином,

коньяком, прокипятить на медленном огне в течение 15 минут. Перед окончанием добавить измельченный чеснок.

ЦЫПЛЕНОК, ФАРШИРОВАННЫЙ РИСОМ И КУРАГОЙ

➢ *Цыпленок бройлерный — 1 шт., курага — 1 стакан, рис отварной — 1 стакан, дробленые грецкие орехи — 0,5 стакана, масло сливочное — 2 ст. ложки, соль и перец — по вкусу.*

Курагу ошпарить кипятком, обсушить салфеткой и измельчить. Смешать с рисом, орехами, маслом. Посолить и поперчить. Цыпленка натереть солью и перцем и запечь в духовке, постоянно поливая вытопленным жиром и соком.

КУРИЦА, ЗАПЕЧЕННАЯ СО СЛИВКАМИ

➢ *Мякоть отварной курицы, отделенная от костей, — 0,5 курицы, сыр тертый — 0,5 стакана, сваренные вкрутую яйца — 2 шт., яйцо сырое — 1 шт., сливки — 1 стакан, рис отварной — 1,5 стакана, масло сливочное — 2 ст. ложки, лук репчатый — 2 головки, морковь — 2 шт., соль и перец — по вкусу.*

Морковь натереть на крупной терке, лук мелко нарезать, все обжарить. Форму смазать маслом и уложить слоями в следующей последовательности: нарезанную полосками курятину, рис, рубленые яйца, лук, морковь, сыр.

Сливки размешать с сырым яйцом, солью и перцем, залить в форму и поставить в духовку на 15 минут.

К блюду подать пикули и салат из свежих овощей.

ЖАРЕНАЯ ГУСИНАЯ ПЕЧЕНКА

➢ *Гусиная печенка — 800 г, лук репчатый — 5 головок, перец сладкий — 3 стручка, перец горький — 1–2 стручка, растительное масло — 0,5 стакана, сахар — 1,5 ч. ложки, сметана — 1,5 стакана, соль по вкусу.*

Лук и перец мелко порубить и спассеровать в масле.

Положить на сковороду печень, нарезанную тонкими полосками, и, непрерывно помешивая, обжарить на сильном огне. Приправить солью, добавить сметану и довести до кипения. Подавать с рассыпчатым рисом.

РЫБА ПОД МАЙОНЕЗОМ

➢ Свежая рыба — 1 кг, морковь — 1 шт., корень петрушки — 1 шт., майонез — 1 банка, лук репчатый — 4 головки, зелень петрушки, укропа соль, черный молотый перец.

Первый способ. Рыбу очистить, нарезать на куски, обвалять в муке, смешанной с солью, обжарить в растительном масле, положить в посуду, переслоить кольцами лука, посолить, поперчить, залить майонезом, запекать 20–30 минут в духовке. Подавать в холодном виде, украсив зеленью петрушки.

Второй способ. Рыбу отварить в небольшом количестве воды с добавлением кореньев — моркови, петрушки, лука и пряностей — черного и душистого перца горошком, лаврового листа, соли, затем охладить. Куски рыбы положить на блюдо, залить майонезом, украсить сваренными в подсоленной воде овощами — зеленым горошком, звездочками моркови, букетиками цветной капусты, зеленью укропа или петрушки.

СКУМБРИЯ В ЛУКОВОМ СОУСЕ

➢ Скумбрия (ставрида) — 1 кг, пшеничная мука — 2 ст. ложки, масло — 4 ст. ложки, лук репчатый — 2 головки, черный молотый перец, зелень петрушки, соль.

Филе скумбрии или ставриды обвалять в муке, смешанной с солью и молотым перцем. Растопить в сковороде масло, обжарить в нем репчатый лук. Положить в сковороду рыбу и слегка обжарить с двух сторон. Влить 0,25 стакана воды, закрыть сковороду крышкой и держать на огне 10 минут.

Подавая к столу, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

ФАРШИРОВАННЫЙ СУДАК

➢ Судак — 500 г, грецкие орехи — 150 г, лук репчатый — 1 головка, масло растительное — 2 ст. ложки, лимонный сок — 1 ст. ложка, бульон — 2 ст. ложки, соль по вкусу.

Рыбу очистить от чешуи, удалить внутренности, посолить, нафаршировать смесью из пропущенных через мясорубку орехов, спассерованного лука с добавлением бульона и лимонного сока. Нафаршированную рыбу завернуть в фольгу и запечь в духовке в течение 20–25 минут Подавать со свежими овощами.

ГУЛЯШ ИЗ ЩУКИ С ЗЕЛЕНЬЮ

➢ Филе щуки — 1 кг, масло растительное — 1 стакан, мелко рубленная зелень петрушки, укропа и эстрагона — 1 стакан, чеснок — 4 зубчика, лук репчатый — 3 головки, томатная паста — 2 ст. ложки, лимон — 1 шт., перец стручковый сладкий — 2 шт., соль по вкусу.

Рыбу нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить и сбрызнуть лимонным соком, выжатым из половины лимона. Нарезанный кольцами лук, перец и оставшийся лимон смешать с половиной зелени и обжарить в масле на сильном огне. Добавить томат, рыбу и тушить на медленном огне до готовности (не более 10 минут). Перед подачей на стол посыпать оставшейся зеленью.

ФОРШМАК

➢ Филе сельди — 300 г, творог — 500 г, сметана — 4 ст. ложки, сливочное масло — 3 ст. ложки, тертый сыр — 3 ст. ложки, мелко нарубленная зелень петрушки — 1 ст. ложка, майонез — 200 г, соль по вкусу.

Филе пропустить через мясорубку, смешать с творогом, сметаной, сыром, размягченным сливочным маслом и солью. Сформировать из полученной массы шарики, уложить их на блюдо, полить майонезом и посыпать зеленью.

СУДАК С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ

➢ *Судак — 800 г, сваренные вкрутую яйца — 2 шт., масло сливочное — 150 г, зелень петрушки — 1 пучок, перец душистый горошком, лавровый лист — по 2 шт., сок лимона — несколько капель, соль по вкусу.*

Рыбу очистить, нарезать на куски и отварить в небольшом количестве подсоленной воды с добавлением специй.

Для приготовления соуса масло растопить, посолить, добавить лимонный сок, мелко нарезанные яйца и немного зелени. Подавать с отварным картофелем, посыпанным оставшейся петрушкой.

БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ

➢ *Картофель — 1 кг, молоко — 2 стакана, сливочное масло — 60 г, зелень, соль.*

Очищенный картофель нарезать крупными кубиками, залить горячей водой и проварить 10—12 минут, после чего воду слить, а картофель залить горячим молоком, посолить и варить в закрытой посуде.

При подаче заправить сливочным маслом и посыпать зеленью.

КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ

➢ *Картофель — 1 кг, молоко — 2 стакана, сливочное масло — 60 г, соль по вкусу.*

Очищенный картофель залить горячей водой, посолить и варить до готовности, затем воду слить и горячий вареный картофель тщательно протереть и развести горячим кипяченым молоком, взбивая, чтобы он был пышным.

При подаче картофельное пюре полить сливочным маслом.

КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ СО СВИНЫМИ ШКВАРКАМИ

➢ *Картофель — 1 кг, лук репчатый — 1 головка, шпик — 200 г, соль.*

Сварить картофельное пюре. Шпик нарезать мелкими кубиками, пожарить на сковороде до получения шкварок коричневого цвета. За несколько минут до их готовности

на сковороду положить мелко нарезанный лук и обжарить. В картофельное пюре положить шкварки с луком и размешать.

Блюдо подавать со свежими, солеными или маринованными овощами.

КАРТОФЕЛЬНЫЕ КОТЛЕТЫ

➢ *Картофель — 1 кг, яйца — 2 шт., мука или сухари — 2/3 стакана, сливочное масло — 30 г, подсолнечное масло — 4 ст. ложки, соль.*

Из очищенного картофеля приготовить картофельное пюре.

В полученное пюре добавить сливочное масло, желтки яиц, тщательно вымешать и разделать котлеты. Обвалять котлеты в муке или сухарях, а затем обжарить с обеих сторон на подсолнечном масле.

ОЛАДЬИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

➢ *Картофель — 1 кг, мука — 300 г, дрожжи — 40 г, молоко — 1,5 стакана, соль по вкусу.*

Очищенный картофель измельчить на терке, слегка отжать и соединить с мукой, затем добавить дрожжи, разведенные теплым молоком, и поставить для брожения на 1,5–2 часа.

Жарить оладьи на сильно разогретой сковороде. Подавать горячими со сметаной или разогретым маслом.

КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СМЕТАНЕ

➢ *Картофель — 1 кг, сметана — 1,5 стакана, масло топленое — 100 г, мука пшеничная — 1 ст. ложка, соль, зелень.*

Очищенный картофель нарезать кубиками, слегка обжарить в масле, залить сметаной, смешанной с поджаренной мукой и солью, закрыть плотно крышкой, поставить в духовку и тушить до готовности. При подаче посыпать зеленью.

КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С МОЛОКОМ И СЫРОМ

➢ *Картофель — 1 кг, яйца — 2 шт., молоко — 4 стакана, натертый сыр — 100 г, чеснок — 2 зубчика, сливочное масло — 50 г, соль, перец.*

В очищенный, нарезанный тонкими кружочками и отваренный до полуготовности картофель положить соль, перец и половину порции натертого сыра, перемешать, добавить яйцо. Вылить молоко и еще раз перемешать. Керамическую посуду натереть чесноком, смазать маслом, выложить в нее подготовленный картофель, посыпать оставшимся сыром, сбрызнуть сливочным маслом и поставить в хорошо нагретую духовку до тех пор, пока картофель не станет мягким и сверху не образуется румяная корочка. При подаче на стол посыпать зеленью.

КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В ФОЛЬГЕ

➢ *Молодой картофель — 1 кг, сливочное масло — 100 г, укроп, мята, сметана, соль.*

Молодой картофель в кожуре, мяту, укроп и сливочное масло завернуть в алюминиевую фольгу таким образом, чтобы масло из свертков не вытекало. Положить свертки на решетку в предварительно хорошо нагретую (до 200 °С) духовку на 30–35 минут.

Печенный в кожуре картофель подают горячим целыми клубнями.

ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ

➢ *Картофель — 1 кг, растительное масло — 1 стакан, зеленый или красный перец — 4 шт., яйца — 8 шт., помидоры — 4 шт., лук репчатый — 4 головки, соль.*

Очищенный и нарезанный картофель положить в сильно разогретое растительное масло. Когда картофель подрумянится, прибавить нарезанный соломкой сладкий зеленый или красный перец.

После того как перец и картофель поджарятся, залить

их яйцами. Полученную смесь жарить, как омлет, с двух сторон.

На гарнир к омлету подать обжаренные ломтики помидоров и лука.

ШНИЦЕЛЬ ИЗ КАПУСТЫ

➢ *Белокочанная капуста — 1 кг, мука — 1 ст. ложка, яйца — 1 шт., сухари — 2 ст. ложки, сливочное масло — 50 г.*

Белокочанную капусту очистить, вырезать кочерыжку, отварить в подсоленной воде до готовности, разобрать на отдельные листья, толстые стебли слегка отбить тяпкой или срезать ножом. Каждый лист сложить в виде конверта, обвалять в муке, смочить в яйце, обвалять в сухарях и с обеих сторон обжарить на масле. Отдельно подать сметану.

ЛИСТЬЯ КАПУСТЫ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ

➢ *Белокочанная капуста — 1 кг, натертый сыр — 3 ст. ложки, сливочное масло — 4 ст. ложки, молочный соус — 1 стакан, соль.*

Кочан капусты разобрать на отдельные листья и отварить в подсоленной воде. После этого каждый лист сложить в виде конверта. Листья капусты обжарить в масле, залить молочным соусом, посыпать натертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в духовке (10–15 минут).

БЕЛОКОЧАННАЯ КАПУСТА ТУШЕНАЯ

➢ *Капуста — 1 кг, лук репчатый — 2 головки, томат-пюре — 2 ст. ложки, уксус 3%-ный — 1 ст. ложка, сливочное масло — 50 г, бульон (мясной) — 1 стакан, соль.*

Очищенную капусту нашинковать, положить в кастрюлю, добавить половину масла, стакан бульона (воды), накрыть крышкой и тушить 40 минут. Добавить поджаренный лук, томат-пюре, уксус, сахар, соль, лавровый лист, перец и продолжать тушить до готовности. Затем положить в кастрюлю поджаренную с маслом муку, размешать и прокипятить.

КАПУСТА В СМЕТАНЕ

➢ *Белокочанная капуста — 1 кг, лук репчатый — 1 головка, сливочное масло — 100 г, сметана — 1 стакан, соль.*

Капусту нашинковать, положить на 10–15 минут в подсоленный кипяток, вынуть и охладить. Слегка обжарить на масле мелко нарубленный лук, смешать с капустой, залить бульоном или водой, добавить масло, посолить по вкусу и тушить до мягкости на слабом огне. Перед подачей на стол залить сметаной.

КАПУСТА СО СЛИВКАМИ

➢ *Белокочанная капуста — 1 кг, сливочное масло — 50 г, мука — 1 ст. ложка, сливки — 1 стакан, соль, перец.*

Кочан капусты сварить почти до готовности в подсоленной воде, вынуть, откинуть на сито, разрезать на несколько частей. Положить в кастрюлю масло, соль, перец, ложку поджаренной муки, влить сливки, размешать, положить капусту и доварить ее до готовности.

ЦВЕТНАЯ КАПУСТА, ЖАРЕННАЯ С СУХАРЯМИ

➢ *Капуста — 1 кг, сливочное масло — 150 г, молотые сухари — 1/3 стакана, соль.*

Цветную капусту сварить, разобрать на небольшие соцветия и обжарить на сковороде с маслом. Перед подачей на стол капусту обсыпать поджаренными в масле сухарями, перемешать путем встряхивания.

ЦВЕТНАЯ КАПУСТА ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ

➢ *Капуста — 1 кг, натертый сыр — 3 ст. ложки, сливочное масло — 2 ст. ложки, молочный соус — 1 стакан.*

Очищенную цветную капусту отварить до готовности,

затем выложить на сковороду кочерыжкой вниз, залить молочным соусом, посыпать натертым сыром, сбрызнуть маслом и поставить в горячую духовку на 10–15 минут для запекания.

КОЛЬРАБИ ТУШЕНАЯ

➢ *Капуста кольраби — 1 кг, сметана — 2 стакана, томат-пюре — 2 ст. ложки, сливочное масло — 4 ст. ложки, корица, соль, перец, зелень петрушки или укропа.*

Кольраби очистить, нарезать небольшими ломтиками, посолить, обвалять в муке и слегка обжарить в масле. Положить в кастрюлю, добавить немного перца, корицы, влить сметану, смешанную с томатом-пюре, и тушить под крышкой на слабом огне. При подаче посыпать зеленью петрушки или укропа.

КРАСНОКОЧАННАЯ КАПУСТА, ТУШЕННАЯ С ФАСОЛЬЮ

➢ *Капуста — 1 кг, фасоль — 1 стакан, мука — 0,5 ст. ложки, сливочное масло — 50 г, томат-пюре — 2 ст. ложки, сахар — 0,5 ст. ложки, соль, лук репчатый — 2 головки.*

Капусту очистить, промыть, разрезать на несколько частей, положить в кастрюлю и тушить, добавив воду и жир.

Когда капуста станет мягкой, соединить ее с отварной фасолью, поджаренной на масле мукой, томатом-пюре, сахаром и солью. Все хорошо перемешать и тушить еще 5–7 минут.

Капусту подают с отварной фасолью.

КАПУСТА ПО-ВЕНДЕЕНСКИ

➢ *Белокочанная капуста — 1 кг, сливочное масло — 300 г, уксус 3%-ный — 2 ст. ложки, соль, черный молотый перец.*

Капусту сварить в подсоленной воде и нарезать соломкой. Пропустить ее через мясорубку. Полученное пюре

залить сильно разогретым сливочным маслом и уксусом. Пюре заправить солью и перцем.

Подавать как гарнир или как самостоятельное блюдо.

КАПУСТА, ТУШЕННАЯ С ГРИБАМИ

➢ *Квашеная капуста — 1 кг, лук репчатый — 1 головка, сушеные грибы — 40 г, мука — 2 ч. ложки, сметана — 2/3 стакана, перец молотый, соль.*

Квашеную капусту отжать и тушить в грибном отваре до полуготовности. Нарезанные соломкой отварные грибы и нашинкованный лук обжарить вместе с мукой. Затем заправить перцем, сметаной и соединить с капустой, все хорошо размешать и тушить до готовности.

БЕЛОКОЧАННАЯ КАПУСТА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ПОМИДОРАМИ

➢ *Белокочанная капуста — 1 кг, растительное масло — 2/3 стакана, сладкий молотый перец — 2 ч. ложки, помидоры — 3 шт., жир — 3 ст. ложки, соль.*

Капусту нашинковать соломкой, посолить, перетереть руками и припустить с растительным маслом до мягкости, периодически помешивая и подливая горячую воду. Когда капуста размягчится, всыпать сладкий перец и перемешать.

Уложить половину всего количества припущенной капусты на противень, сверху на капусту положить кружочки, нарезанные из двух помидоров, посолить и закрыть слоем оставшейся капусты. На капусту положить оставшиеся кружки помидоров, сбрызнуть жиром и запечь в духовке.

ЗАПЕКАНКА ИЗ СВЕКЛЫ И ТВОРОГА

➢ *Свекла — 1 кг, манная крупа — 1,5 стакана, молоко — 3 стакана, творог — 500 г, яйца — 8 шт., молотые сухари — 0,5 стакана, сливочное масло — 50 г, соль, сахар.*

Свеклу запечь, очистить от кожицы и пропустить че-

рез мясорубку. Сварить густую манную кашу, смешать ее со свеклой и протертым творогом, добавить яйца, соль, сахар и хорошо перемешать. Массу выложить в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму или широкую кастрюлю, сбрызнуть маслом и запечь в духовке.

СВЕКЛА, ФАРШИРОВАННАЯ РИСОМ, ЯБЛОКАМИ И ТВОРОГОМ

➢ *Свекла — 1 кг, рис — 2/3 стакана, яблоки — 2 шт., творог — 250 г, сахар — 3 ст. ложки, яйца — 2 шт., сливочное масло — 50 г, сметана — 1 стакан, соль.*

Свеклу, желательно одинакового размера, сварить, очистить от кожицы, вырезать сердцевину и наполнить ее начинкой из рисовой рассыпчатой каши, очищенных измельченных яблок, смешанных с сахаром, протертого творога, яиц и масла. Фаршированную свеклу уложить в смазанную маслом глубокую сковороду, смазать сверху сметаной и запечь в духовке.

СВЕКЛА, ФАРШИРОВАННАЯ МЯСОМ И РИСОМ

➢ *Свекла — 1 кг, мясо — 300 г, рис — 5–6 ст. ложек, сливочное масло — 50 г, сметана — 1 стакан, соль.*

У печеной свеклы, очищенной от кожицы, чайной ложкой удалить сердцевину. Подготовленную таким образом свеклу наполнить мясным фаршем с рисом, положить на смазанную маслом сковороду и запечь в духовке в течение 15–20 минут. Перед подачей на стол свеклу залить сметаной, снова поставить на несколько минут в духовку.

ОЛАДЬИ ИЗ СВЕКЛЫ И ТВОРОГА

➢ *Свекла — 1 кг, творог — 800 г, мука — 1,5 стакана, молоко — 1,5 стакана, сахар — 1 ст. ложка, яйца — 2 шт., сливочное масло — 50 г, сметана — 1,5 стакана, соль.*

Свеклу сварить, очистить от кожицы, пропустить через мясорубку. Добавить муку, хорошо протертый творог, молоко, соль, сахар, яйца, тщательно перемешать и жарить оладьи на хорошо разогретом масле. Оладьи подать на стол со сметаной.

БАКЛАЖАНЫ ЖАРЕНЫЕ С ЛУКОМ

➢ *Баклажаны — 1 кг, лук репчатый — 4 головки, мука — 4 ст. ложки, сметана — 1 стакан, томат-пюре — 2 ст. ложки, растительное масло — 0,5 стакана, соль.*

Баклажаны обмыть, ошпарить кипятком, нарезать тонкими ломтиками, посолить, обвалять с обеих сторон в муке и обжарить в масле. Репчатый лук нарезать кольцами и тоже обжарить в масле.

Готовые баклажаны переложить на блюдо, чередуя их с жареным луком. Сметану и томат-пюре смешать, прогреть на сковороде, где жарились баклажаны, и этим соусом залить овощи.

БАКЛАЖАНЫ С ОРЕХАМИ

➢ *Баклажаны — 1 кг, растительное масло — 4 ст. ложки, лук репчатый — 5 головок, маргарин — 2 ст. ложки, грецкие орехи (ядро) — 0,5 стакана, чеснок — 3–4 зубчика, соль, специи.*

Крупные баклажаны очистить, нарезать кубиками и поджарить на растительном масле до появления румяной корочки. Мелко нарезанный репчатый лук спассеровать на маргарине. Грецкие орехи обжарить, измельчить и смешать с баклажанами, луком и толченым чесноком.

Массу уложить в огнеупорную посуду и запечь в духовке.

БАКЛАЖАНЫ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ

➢ *Баклажаны — 1 кг, мука — 4 ст. ложки, сметана — 1 стакан, растительное масло — 4 ст. ложки, зелень петрушки или укропа, соль.*

Очищенные баклажаны нарезать, обвалять в муке и обжарить. После этого уложить в кастрюлю, залить сметаной и тушить до готовности. При подаче посыпать зеленью петрушки или укропа.

БАКЛАЖАНЫ ДУХОВЫЕ

> *Баклажаны — 1 кг, лук репчатый — 2 головки, помидоры — 6 шт., оливковое масло — 4 ст. ложки.*

Подготовленные баклажаны разрезать на части и трижды обдать кипятком. Нарезать кружочками лук и помидоры. В специальную глиняную посуду или на противень выложить слоями помидоры, лук и баклажаны, полить оливковым маслом и запечь в духовке.

ШАМПИНЬОНЫ В СМЕТАНЕ

> *Шляпки мелких (молодых) шампиньонов — 600 г, лук репчатый — 2 головки, сметана — 250 г, масло сливочное — 100 г, соль и перец — по вкусу.*

Шляпки грибов обжарить в сильно разогретом масле. Выложить в другую посуду, а на оставшемся масле обжарить нарезанный тонкими кольцами лук, добавить сметану, прокипятить, посолить, поперчить и этой смесью залить грибы.

ГРИБЫ, ЖАРЕННЫЕ ВО ФРИТЮРЕ

> *Молодые боровики, подберезовики — 600 г, молоко — 150 г, масло растительное — 1 стакан, яйца — 2 шт., мука — 1 стакан, соль по вкусу.*

Шляпки грибов отделить от ножек и отварить в небольшом количестве воды в течение 5 минут. Откинуть на дуршлаг, обсушить салфеткой, замесить тесто из муки, молока, яиц и соли. Обмакнуть в тесто ножки и шляпки грибов и обжарить их в кипящем масле.

КОТЛЕТЫ ИЗ ГРИБОВ

> *Грибы — 500 г, творог — 200 г, белый хлеб — 100 г, лук репчатый — 1 головка, яйца — 2 шт., мука для панировки — 2 ст. ложки, масло растительное — 4 ст. ложки, соль по вкусу.*

Грибы очистить, крупно порезать и на 2 минуты опустить в кипящую воду. Откинуть на дуршлаг, пропустить через мясорубку с творогом, размоченным в молоке хлебом и луком. В полученный фарш добавить яйца и соль. Сделать котлеты, запанировать в муке и обжарить в масле.

Подавать с картофельным пюре, солеными или маринованными овощами.

ФАРШИРОВАННЫЕ ШАМПИНЬОНЫ

> *Шампиньоны крупные — 500 г, лук репчатый — 1 головка, сыр тертый — 100 г, сваренные вкрутую яйца — 1 шт., масло растительное — 2 ст. ложки, соль, красный молотый перец — по вкусу.*

Шляпки шампиньонов отделить от ножек. Лук и ножки грибов мелко нарезать и обжарить в масле. Добавить сыр, мелко нарезанное яйцо, соль и перец. Полученной смесью нафаршировать шляпки грибов. Вылить на противень оставшееся после жарения грибов масло и разложить нафаршированные шляпки. Запекать в горячей духовке 10 минут.

РАГУ ИЗ ГРИБОВ

> *Грибы отварные — 600 г, лук репчатый — 2 головки, кетчуп — 2 ст. ложки, брынза — 250 г, морковь — 2 шт., масло сливочное — 2 ст. ложки, мелко нарубленная зелень петрушки — 2 ст. ложки, сухари панировочные — 3 ст. ложки, майонез — 200 г, соль по вкусу.*

Грибы и лук мелко нарезать. Морковь и брынзу натереть на крупной терке. Грибы слегка обжарить вместе с луком и морковью и выложить в смазанную маслом форму. Полить кетчупом, посыпать сухарями, зеленью и брынзой. Залить майонезом и поставить в разогретый духовой шкаф до запекания на 10–15 минут.

Особенно вкусным и красивым это блюдо получается при приготовлении в порционных горшочках.

БЛЮДА ИЗ ЯИЦ

ЯЙЦА ВСМЯТКУ

Вымытые яйца опустить в кипящую воду и варить в течение 3–4 минут.

Яйца всмятку можно сварить и без кипячения. Для этого положить в кастрюлю и залить кипятком, чтобы вода покрыла их. В воде яйца надо продержать 10 минут, затем воду слить, снова залить кипятком и вынуть через 2–3 минуты. Белок яйца, сваренного таким способом, не твердеет, а только сгущается в нежную белую массу, желток же остается полужидким.

ЯЙЦА «В МЕШОЧЕК»

В посуду с кипящей водой опустить помытые яйца и варить их 4–5 минут (в зависимости от величины). Яйца, сваренные «в мешочек», имеют затвердевший белок, плотно облегающий полужидкий желток. Яйца, предназначенные для подачи к столу горячими, нужно сразу же облить холодной водой и вытереть салфеткой.

ЯЙЦА ВКРУТУЮ

Подготовленные яйца погрузить в кипящую воду и варить 8–10 минут. При более длительной варке белок и желток становятся слишком плотными, кроме того, поверхность желтка теряет свою натуральную окраску, приобретает синеватый оттенок.

ЯЙЦА, ВАРЕННЫЕ БЕЗ СКОРЛУПЫ «В МЕШОЧЕК»

В сотейник на высоту 6–8 см налить воду. На 1 л воды

добавить 50–60 г уксуса и 10 г соли. Когда вода закипит, выпустить в нее яйца и варить 4 минуты. Яйца вынуть шумовкой и на несколько минут опустить в холодную воду. Белок яиц получится плотным, а желток жидким.

«СПРЯТАННЫЕ» ВАРЕНЫЕ ЯЙЦА

➢ *Яйца — 4 шт., помидоры — 2 шт., творог — 0,5 стакана, масло растительное — 3 ст. ложки, сок лимонный — 1 ч. ложка, молоко — 0,5 стакана, соль, петрушка.*

Помидоры разрезать поперек пополам и при помощи чайной ложечки удалить сердцевину. Затем посолить и опрокинуть на тарелку для отцеживания. Приготовить майонез из творога, растительного масла, лимонного сока и щепотки соли, по желанию можно добавить немного горчицы. Яйца сварить «в мешочек», охладить и очистить от скорлупы. В каждую половину помидоров поместить по 1 яйцу, залить приготовленным майонезом и посыпать тертым сыром и мелко нарезанной петрушкой. Подавать с подсушенным хлебом и айраном, овощным соком или кислым молоком.

ЯИЧНЫЙ ДЕСЕРТ БЫСТРОГО ПРИГОТОВЛЕНИЯ

➢ *Яйца — 4 шт., сахарная пудра — 2 ст. ложки, мука — 4 ст. ложки, ядра грецкого ореха (толченые) — 1 ст. ложка, молоко — 0,5 ч. ложки, щепотка тертой лимонной цедры, ванилин, фрукты из варенья, ром (коньяк), жир.*

Яичные желтки отделить от белков и взбить с 1 столовой ложкой сахарной пудры и лимонной цедрой. Отдельно с оставшейся сахарной пудрой и 1 каплей уксуса (или лимонного сока) взбить в пену белки. В растертые желтки постепенно, осторожно помешивая, ввести муку, смешанную с ванилином, толчеными орехами и взбитыми белками. Полученную смесь выложить на смазанный жиром и подпыленный мукой противень и выпекать в сильно нагретом духовом шкафу 20 минут. После охлаждения готовый десерт разрезать на куски, посыпать сахарной пудрой,

ароматизированной ванилином, и гарнировать фруктами из варенья, предварительно выдержанными в роме (или коньяке).

ЗАПЕКАНКА ИЗ ЯИЦ И ПОМИДОРОВ

> *Яйца — 4 шт., помидоры — 200 г, масло сливочное — 50 г, мука — 1 ст. ложка, сыр — 30 г, соль, уксус, сахар.*

Зрелые помидоры нарезать ломтиками и тушить на масле до мягкости. Затем засыпать их мукой, потушить примерно 5 минут, залить водой, добавить уксус, сахар, соль и все поварить. Процедив, либо разбавить водой, либо варить до тех пор, пока не получится густоватый соус. Соус перелить в огнеупорную миску, выпустить в него сырые яйца, посыпать тертым сыром и запечь в духовом шкафу.

К запеканке подавать рис или лапшу.

ЯИЧНИЦА «БОЛТУШКА»

> *Яйца — 4 шт., корейка — 50 г, колбаса — 50 г, картофель отварной — 50 г, молоко — 0,25 стакана, соль, зелень лука, петрушки и укропа.*

Корейку поджарить с колбасой, прибавить картофель, подрумянить. Яйца разбить в чашку, добавить молоко, посолить, размешать. Вылить на сковородку, прикрыть крышкой и жарить 3—5 минут.

Подавать с зеленым салатом.

ОМЛЕТ КРЕСТЬЯНСКИЙ

> *Яйца — 2 шт., лук репчатый — 2 головки, стручковый сладкий перец — 4—5 шт., острый перец — 1 шт., помидоры — 2—3 шт., масло сливочное — 1 ч. ложка, зелень петрушки, соль.*

Нарезать тонкими ломтиками репчатый лук и поджарить. Прибавить стручки сладкого перца и небольшой стручок острого перца, нарезанные полосками, и тоже поджарить. Затем добавить нарезанные помидоры. Овощную смесь посолить. На горячую сковороду (среднего размера) со сливочным маслом положить 2 ст. ложки приготовленной смеси, распределив ее ровным сплошным слоем. Сверху залить взбитыми яйцами. Омлет поджарить только с одной стороны. Готовый омлет сложить вдвое и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ

> *Яйца — 4 шт., сырокопченый окорок — 75 г, масло оливковое — 1 ст. ложка, лук репчатый — 50 г, сладкий красный перец — 0,5 шт., кукуруза консервированная — 50 г, огурец маринованный — 1 шт., чеснок — 0,5 зубчика, масло сливочное — 1 ст. ложка, соль, перец.*

Окорок нарезать соломкой, поместить с оливковым маслом в подходящую посуду и вытопить в печи за 4—5 минут. Добавить мелко нарезанный лук и нарезанный соломкой сладкий перец и готовить в течение 4—7 минут. Добавить кукурузу и мелко порубленные огурец и чеснок и довести до готовности за 2—4 минуты. Заправить солью и специями.

Яйца взбить со сливками, солью и перцем. Приготовить омлет отдельными порциями за 1—3 минуты. Вынуть омлет из формы, на одну половину положить овощи, сложить пополам.

ОМЛЕТ, ФАРШИРОВАННЫЙ ГРИБАМИ

> *Яйца — 4 шт., грибы свежие — 100—200 г, зеленый лук, перец, зелень укропа или петрушки, соль.*

Перебрать и промыть грибы. Затем мелко нарезать и припустить, добавив жира и немного воды. Довести до мягкости, после чего поджарить с мелко нарезанным зеленым луком. Смесь заправить черным перцем, укропом или петрушкой. Отдельно приготовить натуральные омлеты. На середину каждого омлета положить грибной фарш.

Омлеты сложить вдвое и подавать горячими.

ОМЛЕТ А-ЛЯ ПИЦЦА

➢ *Яйца — 4 шт., масло сливочное — 2 ст. ложки, молоко — 2 ст. ложки, мука — 1 ч. ложка, сыр — 150 г, кетчуп — 2 ст. ложки, молотый красный перец, соль.*

Яйца хорошо взбить венчиком, добавить молоко и муку, посолить и тщательно размешать. Яичную массу вылить на разогретый жир и жарить, подгибая края, чтобы она могла стекать вниз. Когда масса загустеет, снять с огня, посыпать тертым сыром и на несколько минут поставить в разогретую духовку. Вынуть и полить кетчупом или посыпать красным перцем.

ОМЛЕТ С СЫРОМ

➢ *Яйца — 3 шт., сыр — 50 г, хлеб белый — 50 г, молоко — 3 ст. ложки, масло сливочное — 1 ст. ложка, соль.*

Мякоть белого хлеба намочить в молоке, размять, прибавить сырые яйца, все это хорошо взбить ложкой, всыпать натертый сыр, посолить, перемешать, вылить на горячую сковороду с маслом и жарить, как натуральный омлет. Этот омлет можно вылить на горячую сковороду с маслом и запечь в духовом шкафу. Омлет будет очень пышным, если половину белков отделить, взбить в пену и перед запеканием смешать с приготовленной массой.

ДРАЧЕНА

➢ *Яйца — 4 шт., мука — 30 г, молоко — 0,25 стакана, масло сливочное — 50 г, варенье, сахар или сироп, соль.*

Муку размешать с молоком, прибавить разбитые яйца, щепотку соли, тщательно взбить ложкой, чтобы не было комков. Жир разогреть на сковороде, вылить приготовленную смесь, прикрыть крышкой и поставить на малый огонь. Когда драчена слегка подпечется, приподнять ее ножом с боков, чтобы жидкая часть массы стекла вниз, и поставить на несколько минут в духовку.

Готовую драчену переложить на тарелку, полить вареньем или сиропом.

БЛЮДА ИЗ ТВОРОГА И СЫРА

ТВОРОГ СЛАДКИЙ

➢ *Творог жирный — 700 г, сахарная пудра — 100 г, ванилин, соль.*

Творог протереть и соединить с сахарной пудрой, ванилином, тщательно взбить до образования пышной однородной массы. Эту массу положить на тарелку, сформовать в виде горки, нанести рисунок.

ТВОРОГ СО СМЕТАНОЙ, ПЛОДАМИ И ЯГОДАМИ

➢ *Творог — 350 г, сметана — 250 г, сахарная пудра — 150 г, апельсин, земляника садовая или малина — 150 г, ванилин.*

Творог отжать, протереть сквозь сито и растереть со сметаной, сахаром и ванилином до образования вязкой пасты. Добавить очищенные и промытые плоды и ягоды, перемешать, разложить в вазочки и дать остыть на холоде.

ТВОРОГ С ЧЕСНОКОМ

➢ *Творог (лучше диетический) — 250 г, пучок зеленого чеснока, лимон — 1 шт., сметана — 2–3 ст. ложки, растительное масло, соль.*

Истолочь в ступке зеленый чеснок вместе с перьями и щепоткой соли. Не переставая растирать, добавить небольшими порциями растительное масло. В образовавшуюся пышную смесь положить диетический творог и немного красного перца, хорошо перемешать, добавить сок одно-

го лимона, а если нет лимона, заменить сметаной или мелко нарезанными солеными огурцами.

К такому творогу можно добавить 1—2 пучка мелко нарезанной зелени петрушки или 2 ст. ложки томатного пюре.

ТВОРОГ С МОРКОВЬЮ

➢ *Творог — 300 г, молоко кислое или сметана — 1—2 ст. ложки, морковь — 2—3 шт., лук, соль, тмин.*

Растереть в глубокой посуде творог, добавить свежего или кислого молока или сметаны и взбить в густую пену. Добавить мелко нарезанный зеленый лук, соль, тмин, морковь, натертую на мелкой терке, и хорошо перемешать.

БАБКА ИЗ ТВОРОГА

➢ *Творог — 700 г, желтки яичные — 8 шт., сахар — 1 стакан, ванилин, лимонная цедра, масло сливочное — по вкусу, варенье ягодное — 0,5 стакана.*

Творог протереть сквозь сито, прибавить яичные желтки, сахар, ванилин, лимонную цедру, масло, все тщательно перемешать и растереть. Если творожная масса густая, можно добавить ягодного варенья. Массу выложить в кастрюлю, смазанную маслом и обсыпанную сухарями, и запекать в духовке 30—40 минут.

Бабку выложить на блюдо, разрезать, посыпать сухарями с ванилью и украсить вареньем.

ПОНЧИКИ ИЗ ТВОРОГА

➢ *Творог — 250 г, яйца — 2 шт., сода — 1 ч. ложка, уксус 3%-ный — 2 ч. ложки, сахар — 1 ст. ложка, мука пшеничная — 2—3 ст. ложки, масло растительное — 300 г, пудра сахарная — 1 ст. ложка.*

Разбить два яйца, добавить соду, уксус, сахар. Все перемешать и слегка взбить.

Творог протереть сквозь сито и смешать с приготовленной яичной массой, добавить муку и перемешать. Из полученной массы сформовать колбаску, нарезать ее небольшими кружочками, запанировать в муке и опустить в кипящее масло, варить до темно-золотистого цвета. Готовые пончики вынимать шумовкой и выкладывать на блюдо.

Пончики подавать, посыпав сахарной пудрой.

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА

➢ *Творог — 600 г, мука — 2 ст. ложки, сахарная пудра — 3 ст. ложки, яйца — 1 шт., масло сливочное — 1 ст. ложка, молотые сухари — 1 ст. ложка, сметана (на подливку) — 150 г, соль, ванилин.*

В протертый творог добавить пшеничную муку, сахар, соль, ванилин и все хорошо перемешать. Затем форму или противень смазать сливочным маслом, обсыпать дно и края молотыми сухарями и заполнить творожной массой. Поверхность массы разровнять, смазать яйцом со сметаной и запечь в жаровом шкафу.

Готовую запеканку нарезать на порционные куски, полить сметаной или сливочным маслом.

ЗАПЕКАНКА С ЯБЛОКАМИ И ТВОРОГОМ

➢ *Творог — 500 г, масло сливочное — 4 ст. ложки, манная крупа — 2 ст. ложки, сахар — 1 стакан (неполный), яблоки — 500 г, яйца — 2 шт., молотые сухари — 2 ст. ложки, соль.*

Смешать творог, желтки, взбитые с сахаром (0,5 стакана), 3 ст. ложки растопленного сливочного масла, манную крупу, соль. В эту смесь положить нарезанные дольками яблоки, взбитые в пену яичные белки. Выложить на сковороду, смазанную маслом и посыпанную сухарями, сверху положить тертое яблоко, смешанное с 1 ст. ложкой сливочного масла и 0,5 ложки сахара. Запекать в духовке 20 минут.

КЛЕЦКИ ИЗ БРЫНЗЫ

➢ *Брынза — 100 г, мука пшеничная — 1 стакан, яйца — 1 шт., молоко — 1/3 стакана, сметана — 0,5 стакана, масло сливочное — 2 ст. ложки, соль.*

Брынзу протереть сквозь сито, влить молоко, всыпать

муку, добавить ложку растопленного сливочного масла, сырое яйцо и тщательно размешать. Полученное тесто вымешать до гладкости, прикрыть влажной салфеткой и выдержать около часа.

Добавить муку, раскатать тесто слоем в 0,5 см, разрезать на полоски шириной 2 см. Полоски порезать на ромбики и варить в подсоленной воде, пока они не всплывут.

Клецки достать шумовкой на дуршлаг, дать стечь воде и обжарить на сковородке с маслом.

На стол подавать горячими с маслом или сметаной.

ПЫШКИ ЗАВАРНЫЕ С СЫРОМ

➢ *Сыр — 50 г, молоко — 2 стакана, масло сливочное — 2 ст. ложки, мука — 2 стакана, яйца — 8 шт., сахар — 1 ч. ложка, соль.*

Молоко вскипятить с маслом, всыпать муку и взбивать на плите, пока тесто не начнет отставать от стенок кастрюли. Дать остыть, вбить по одному яйцу, добавить сахар, тертый сыр и перемешать. Чайной ложкой опускать тесто в кипящее на сковороде масло и поджаривать.

ХАЧАПУРИ

➢ *Малосольный сыр или брынза — 500 г, мацони или кислое молоко — 2 стакана, яйца — 1 шт., мука пшеничная — 2 стакана.*

Малосольный сыр или брынзу размять и размешать с яйцом. Замешать некрутое тесто на кислом молоке. Тесто поделить на две части и раскатать. Положить на каждую лепешку сырную массу и защепить посередине. Пирог должен соответствовать размеру сковородки. Хачапури уложить на сковородку, посыпанную мукой, и обжарить с обеих сторон. Можно испечь хачапури на противне в духовке.

КАШИ

КАША С ОРЕХАМИ (ГУРЬЕВСКАЯ)

➢ *Молоко или сливки — 300 г (в том числе для пенок 100 г), крупа манная — 60 г, сахар — 30 г, масло сливочное — 10 г, орехи — 15 г, варенье или мед — 50 г, тесто слоеное или пресное сдобное — 50 г, яйца — 1/10 шт.*

Каша с орехами известна под названием «гурьевская». Рецепт этой каши встречается в очень старых кулинарных книгах. Однако народный способ приготовления этого блюда значительно отличается от приводимого в них.

Ядра орехов залить горячей водой, дать постоять, очистить от кожицы, мелко потолочь и добавить немного воды. Сливки или молоко налить в плоскую посуду и поставить в духовку. Как только образуется пенка, ее снять вилкой, продолжать затапливание, снять вторую пенку и т. д. Так делать, пока не получится нужное количество пенок.

В оставшееся молоко или сливки всыпать манную или смоленскую гречневую крупу, сварить вязкую кашу, добавить орехи, масло, сахар и перемешать. На края блюда, смазанного маслом, уложить бордюр из слоеного или пресного теста, в середину — слой каши, на нее — слой пенок и опять слой каши. Поверхность каши посыпать сахаром, а тесто смазать яйцом. Кашу запечь, полить подогретым вареньем или медом.

КАША МАННАЯ С КАРАМЕЛЬЮ (ВЕНГРИЯ)

➢ *Молоко (кипяченое) — 1 л, сахар — 4 ст. ложки, манная крупа — 4 ст. ложки, сливки — 1 стакан, сахарная пудра — 1 ст. ложка, фрукты из варенья — 2 ст. ложки, ром (или коньяк) — 2 ст. ложки, соль.*

Фрукты из варенья отцедить, мелко нарубить и залить ромом (или коньяком). Из сахара приготовить карамель и

залить ее молоком, вскипяченным со щепоткой соли. Добавить манную крупу и варить до загустения. Полученную кашу разделить на порции и охладить. Украсить взбитыми с сахарной пудрой сливками и фруктами. Перед подачей каждую порцию можно сбрызнуть ромом, в котором были выдержаны фрукты.

Вместо фруктов из варенья можно использовать хорошо отцеженные фрукты из компота.

КАША МАННАЯ С ВИШНЕВЫМ ВАРЕНЬЕМ

➢ *Горячее молоко — 3 стакана, вишневое варенье — 0,75 стакана, манная крупа — 3 ст. ложки, сахар — 1–2 ст. ложки, вишневый сироп.*

Вишневое варенье развести горячим молоком, добавить манную крупу и сахар, поставить на огонь и варить, помешивая, пока не загустеет. Готовую кашу перед подачей полить вишневым сиропом.

КАША МАННАЯ С ШОКОЛАДОМ

➢ *Молоко — 1 л, манная крупа — 100 г, натертый шоколад — 125 г, молотые или толченые ядра миндаля — 60 г, яйца — 3 шт., сахар — 5 ст. ложек.*

В молоко всыпать манную крупу, натертый шоколад и миндаль. Поставить смесь на огонь и мешать до сгущения. Отдельно растереть яйца с сахаром, поставить на огонь и взбивать до получения густой массы, затем снять с огня и охладить. Манную кашу смешать с яичной массой. Выложить смесь в небольшой противень или форму для торта.

Когда изделие остынет, нарезать его кусочками и подавать с ванильным соусом.

КАША МАННАЯ С БЕЛКАМИ

➢ *Молоко — 1 л, манная крупа — 200 г, сахар — 1 стакан, яйца — 4 шт., толченые ядра ореха или миндаля, сырые или консервированные фрукты.*

Это блюдо можно приготовить, используя оставшиеся белки. Сварить манную кашу из манной крупы, молока или воды и сахара. Снять с огня и охладить, помешивая время от времени, чтобы предотвратить образование комочков. Взбить в крепкую пену белки и по ложке ввести их в кашу при легком помешивании. Добавить толченых ореховых или миндальных ядер, сырых или вынутых из варенья фруктов — черешен, вишен, малины, клубники.

Разложить готовую кашу в вазочки или блюдечки и подавать с малиновым, вишневым или другим сиропом.

КАША ЯЧНЕВАЯ ИЛИ ОВСЯНАЯ

➢ *Молоко — 5 стаканов, крупа — 1 стакан, соль — 0,5 ч. ложки.*

В кипящее молоко тонкой струйкой всыпать крупу и, помешивая, варить 10–15 минут на слабом огне до загустения, после чего положить соль и размешать.

В кашу можно положить 1–2 ст. ложки масла.

КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ

➢ *Молоко — 5 стаканов, крупа — 2 стакана, масло сливочное — 2 ст. ложки, соль — 0,5 ч. ложки.*

В горячее молоко (можно пополам с водой) всыпать крупу и варить 10–15 минут до загустения, посолить и размешать. Кашу рекомендуется протомить в духовке. В готовую кашу добавить 2 ст. ложки масла.

Кашу можно подать горячей или холодной, добавив по вкусу сахар, варенье, молоко.

КОЛИВО

➢ *Молоко — 1 стакан, вода — 3 л, крупа ячневая — 2 стакана, мак — 0,75–1 стакан, мед — 2–3 ст. ложки, клюквенное или смородиновое варенье — 2 ст. ложки.*

Крупу промыть, отварить в воде на умеренном огне, все время снимая пену. Как только крупа начнет выделять слизь, лишнюю воду слить, кашу переложить в другую

посуду, добавить молоко и варить до мягкости крупы и загустения, все время помешивая.

Отдельно подготовить мак, залить его крутым кипятком, дать распариться, через 5 минут воду слить, мак промыть, вновь залить крутым кипятком, сразу же слить его, как только начнут появляться капельки жира на поверхности воды. Затем распаренный мак перетереть в ступке, добавляя по чайной ложке кипяток к каждой столовой ложке мака. Подготовленный мак смешать с загустевшей размягченной ячневой кашей, добавить мед, прогреть на медленном огне 5–7 минут, непрерывно помешивая, снять с огня, заправить вареньем.

КАША ПШЕННАЯ

➢ *Молоко — 4 стакана, пшено — 1 стакан, сахар — 1 ст. ложка, соль — 0,25 ч. ложки.*

В кипящее молоко засыпать хорошо промытое пшено и, часто помешивая, варить на слабом огне 30 минут. После этого положить сахар, посолить, размешать и поставить кашу для упревания на 15–20 минут.

МУЧНОЙ ПУДИНГ

➢ *Молоко — 1/8 л, мука — 250 г, сахар — 50 г, маргарин — 50 г, яйца — 2 шт., горький миндаль — 3 ядра, дрожжи — 15 г, лимонная цедра, соль.*

В миску всыпать муку, в середине сделать небольшое углубление, в которое всыпать сахар, влить растопленный маргарин, добавить соль и перетертые пряности. В подогретое молоко положить дрожжи, вбить 2 яйца, взбить. Полученную жидкость влить в муку и замесить. В тесто добавить вымытый и подсушенный изюм. Полученную массу положить в смазанную жиром форму и дать постоять около часа. Затем форму плотно закрыть и, поместив в кастрюлю с кипящей водой, готовить 90 минут. Готовый пудинг положить на блюдо и подавать с жидкими шоколадом или компотом.

БЛЮДА ИЗ МАКАРОННЫХ И МУЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ

ЗАПЕКАНКА ИЗ ЛАПШИ С ОРЕХАМИ

➢ *Лапша — 350 г, грецкие орехи — 100 г, сахар — 100 г, мука — 100 г, молоко — 2,5 стакана, яйца — 3 шт., масло сливочное — 50 г, фруктовый сироп — 150 мл, цедра 1 лимона.*

Вскипятить молоко, положив сахар (50 г), цедру лимона, ванилин, и отварить в нем лапшу. Когда лапша будет готова, всыпать просеянную муку, помешивая, чтобы не было комочков. Добавить желтки, толченые орехи и взбитые с сахаром белки, хорошо все перемешать и выложить в смазанный маслом сотейник. Выпекать на умеренном огне около 20 минут.

Зарумяненную запеканку остудить и подавать с фруктовым сиропом.

ВЕРМИШЕЛЬ

➢ *Мука — 500 г, яйца — 3–4 шт., соль — 1 ч. ложка, молоко — 4–5 ст. ложек.*

Муку просеять и насыпать в миску, посередине сделать углубление, вбить туда яйца, добавить соль, влить молоко и перемешать. Тесто (оно должно быть твердым) месить до тех пор, пока не появятся пузырьки воздуха. Затем тесто разделить на 4–6 частей и каждую раскатать. Для подсушки положить на деревянную дощечку или кухонное полотенце. Обмести прилипшую муку. Немного подсушенное тесто нарезать длинными полосками. Затем, положив их одна на другую, разрезать соразмерно вермишели.

Вермишель разложить для просушки, чтобы она не склеивалась в кипящей воде. Готовить в течение 10 минут.

ВЕРМИШЕЛЬ СО СЛАДКИМ ТВОРОГОМ

➢ *Вермишель — 250 г, творог — 500 г, маргарин — 80 г, сахар — 50 г, яйца — 1 шт., цедра 1 лимона, соль.*

В кипящую воду засыпать вермишель, сварить до готовности, тщательно промыть. Творог пропустить через сито. Половину порции маргарина перемешать с сахаром, яйцом, солью, натертой коркой лимона, добавляя ложкой творог. В конце добавить вермишель. Полученную массу выложить на смазанный маргарином противень, посыпать хлопьями оставшегося маргарина. Печь в духовом шкафу 60 минут.

СЛАДКАЯ ЗАПЕКАНКА ИЗ ВЕРМИШЕЛИ

➢ *Вермишель — 200 г, жир — 1,5 ст. ложки, молоко — 0,5 л, сахар — 2 ст. ложки, ванилин, корица, соль.*

В кипящую подсоленную воду засыпать вермишель и варить до полуготовности, затем воду слить. В специальной форме растопить жир, положить туда вермишель, полить горячим сладким молоком с ванилином. Готовить в горячем духовом шкафу.

Посыпав сахаром и корицей, подавать с любым компотом.

ЗАПЕКАНКА ИЗ ВЕРМИШЕЛИ С ТВОРОГОМ

➢ *Вермишель — 350 г, сало — 70 г, маргарин — 85 г, яйца — 2 шт., творог — 350 г, свежая зелень, соль, красный стручковый перец.*

Сваренную в подсоленной воде и промытую вермишель смешать с нарезанным кубиками и поджаренным салом. Взбитый маргарин перемешать с пряностями, яйцом, творогом, желательно пропущенным через сито. Вермишель, творожную массу и столовую ложку нарезанной зелени, тщательно перемешав, выложить в смазанную жиром форму. Сверху посыпать хлопьями маргарина. Печь в

горячем духовом шкафу около 40 минут. Посыпать нарезанной зеленью.

МАКАРОНЫ С СЫРОМ

➢ *Макароны — 250 г, сыр — 50 г, масло сливочное — 2 ст. ложки, соль.*

В горячие сваренные макароны положить масло и половину натертого сыра и все это хорошо размешать.

При подаче на стол посыпать макароны оставшимся сыром.

МАКАРОНЫ В ТОМАТЕ

➢ *Макароны — 250 г, томат-пюре — 1 ст. ложка или 1 помидор, жир — 2 ст. ложки, зелень, соль.*

В томат-пюре добавить свиной топленый или другой жир, помешивая, кипятить 5 минут и смешать с вареными макаронами. Подать, посыпав зеленью.

При использовании помидоров их нужно погрузить на 1–2 минуты в кипяток, очистить от кожицы и нарезать на мелкие кусочки. Затем так же, как томат-пюре, прокипятить с жиром и смешать с макаронами.

МАКАРОНЫ ПО-НЕАПОЛИТАНСКИ

➢ *Макароны — 300 г, лук репчатый — 0,5 головки, масло сливочное — 80 г, масло растительное — 1 ст. ложка, помидоры — 500 г, сыр — 100 г, базилик, соль, черный молотый перец.*

Макароны отварить в подсоленной воде, процедить и промыть. В кастрюлю положить лук с 30 г сливочного и растительным маслом. Когда лук приобретет золотистый оттенок, помять его пестиком и удалить. Добавить помидоры, очищенные от семян и нарезанные ломтиками, мелко нарезанный базилик, посолить, поперчить. Заправить макароны соусом, 50 г сливочного масла и тертым сыром.

МАКАРОНЫ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ

➢ *Макароны — 200 г, масло сливочное — 5–6 ст. ложек, томат-пюре — 2–3 ст. ложки, сыр — 120–150 г, соль.*

Сварить макароны, слить воду. В глубокую сковороду или кастрюлю, смазанную сливочным маслом и посыпанную тертым сыром, положить слой сваренных макарон, сбрызнуть сливочным маслом, положить томат-пюре и опять слой макарон. Сверху посыпать тертым сыром, сбрызнуть сливочным маслом и запечь в духовке.

МАКАРОНЫ ПО-БОЛОНСКИ

➢ *Макароны — 500 г, мякоть говядины — 150 г, солонина — 5 г, масло сливочное — 400 г, лук репчатый — 0,25 головки, морковь — 0,5 шт., зелень сельдерея, мука, мускатный орех, сыр — 50 г, мясной бульон — 1 стакан, соль, черный молотый перец.*

Нарезать маленькими кубиками говядину, солонину, мелко нарезать сельдерей, морковь, быстро обжарить в сливочном масле, добавить муку, залить мясным бульоном и отварить до готовности. Макароны отварить в подсоленной воде, процедить, промыть. Заправить приготовленным соусом, тертым сыром, черным молотым перцем и измельченным мускатным орехом.

МАКАРОНЫ, ПРИГОТОВЛЕННЫЕ В ДУХОВОМ ШКАФУ

➢ *Макароны — 500 г, масло сливочное — 50 г, сыр — 150 г, мука — 2 ст. ложки, молоко — 0,5 л, грибы — 4 шт., ветчина — 100 г, колбаса — 100 г, зелень петрушки, соль.*

Сварить в подсоленной воде макароны, откинуть их на дуршлаг, дать воде стечь и заправить сливочным маслом и тертым сыром.

Приготовление соуса: муку спассеровать с маслом и развести молоком. Варить соус, непрерывно помешивая до загустения.

Мелко нарезать консервированные грибы, ветчину,

колбасу и перемешать с мелко нарезанной зеленью петрушки.

На противень выложить пласт макарон, пласт смеси из грибов и колбасы и снова пласт макарон. Залить все соусом, посыпать тертым сыром и запечь в духовом шкафу.

МАКАРОНЫ С ТВОРОГОМ

➢ *Макароны — 250 г, творог (лучше жирный) — 200 г, масло растительное — 1 ч. ложка, корейка (или грудинка) копченая — 150 г, сметана — 1 стакан, соль, перец.*

Макароны сварить в подсоленной воде, добавив растительное масло. Копченую корейку порезать кубиками и обжарить на сковороде, макароны отцедить, уложить на блюдо, посыпать творогом, полить растопленным жиром от корейки со шкварками и сметаной, поперчить, на несколько минут поставить в духовку.

МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В СМЕТАНЕ

➢ *Макароны — 400 г, масло сливочное — 2–3 ст. ложки, яйца — 4 шт., сметана — 1 стакан, сахар — 1–2 ст. ложки, сыр тертый — 2 ст. ложки, соль.*

Макароны отварить в подсоленной воде, слить воду. Яичные желтки растереть со сметаной, сахаром, соединить с макаронами, хорошо перемешать. Положить все на смазанный жиром и посыпанный сухарями противень, разровнять поверхность, посыпать тертым сыром, смазать маслом и запечь.

При подаче разрезать на порции и полить маслом.

ЗАПЕКАНКА МАКАРОННАЯ С ЯБЛОКАМИ

➢ *Макароны — 500 г, яйца — 4 шт., яблоки — 800 г, молоко — 1,5 стакана, сахар — 2 стакана, масло топленое — 1 ст. ложка, сметана — 100 г, соль.*

Макароны отварить, процедить, перемешать с сахаром и мелко нарезанными яблоками, положить в кастрюлю с

растопленным маслом. Смесью молока и яиц залить макароны и запечь в духовке со средним жаром. Готовую запеканку выложить на плоскую тарелку и порезать на порции.

Отдельно подавать сметану или горячее молоко.

МАКАРОНЫ-СУФЛЕ

➢ *Макароны — 350 г, ветчина — 200 г, яйца — 2 шт., молоко — 0,25 л, мускат, молотые сухари, маргарин, соль.*

Макароны всыпать в кипящую воду и варить до полуготовности. Затем воду слить, быстро охладить холодной водой, перемешать с нарезанной кубиками ветчиной и выложить в смазанную жиром форму. Яйца, молоко и зелень взбить, залить макароны, посыпать сверху сухарями, добавить маргарин и печь 45 минут.

Ветчину можно заменить тертым сыром, колбасой или поджаренными грибами.

СПАГЕТТИ КАК ГАРНИР

➢ *Спагетти — 500 г, масло сливочное или маргарин — 2 ст. ложки, масло растительное — 3 ст. ложки или растопленное свиное сало, соль.*

Пучок спагетти опустить в кипящую подсоленную воду и держать вертикально до тех пор, пока опущенная в воду часть не размякнет, тогда спагетти полностью опустить в кастрюлю. Готовить на слабом огне около 20 минут. Воду слить, спагетти промыть холодной водой и полить растопленным жиром.

СПАГЕТТИ С СОУСОМ БЕШАМЕЛЬ

➢ *Спагетти — 300 г, сыр — 50 г, масло сливочное — 2 ст. ложки, соль.*

➢ ***Для соуса бешамель:*** *молоко — 1 стакан, масло сливочное — 100 г, мука — 1 ст. ложка, соль.*

Спагетти отварить в подсоленной воде, процедить, промыть, заправить тертым сыром, сливочным маслом, тщательно перемешать.

Полить приготовленным соусом бешамель.

Приготовление соуса: масло распустить в сотейнике, добавить муку, непрерывно быстро помешивая, прогреть до золотистого цвета и вливать постепенно молоко. Соус посолить и варить 6–7 минут при слабом кипении.

СПАГЕТТИ «ЛУННЫЕ»

➢ *Спагетти — 400 г, масло сливочное или маргарин — 40 г, яйца — 1 шт., сырок плавленный — 2 шт., помидоры (очищенные) — 50 г, немного тертого сыра, зелень петрушки, соль.*

Спагетти отварить в подсоленной воде, процедить, промыть. На сковороде распустить сливочное масло или маргарин, не доводя до золотистого цвета, вылить в миску, перемешать с мелко нарезанными помидорами, петрушкой, желтком (сваренным вкрутую), измельченными плавленными сырками, тертым сыром. Добавить спагетти, быстро перемешать и подавать к столу.

СПАГЕТТИ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ

➢ *Спагетти — 300 г, чеснок — 2 зубчика, петрушка (корень) — 1 шт., базилик, помидоры — 6–7 шт., сыр — 50 г, масло сливочное — 1 ст. ложка, соль, черный молотый перец.*

Приготовить фарш из чеснока, петрушки и базилика, обжарить его в сливочном масле до золотистого цвета, положить помидоры, нарезанные дольками, посолить и поперчить. Спагетти заправить соусом и тертым сыром.

СПАГЕТТИ С ГРИБАМИ И БОБАМИ

➢ *Спагетти — 250 г, жир — 50 г, лук репчатый — 1 головка, грибы (любые) — 500 г, бобы (спелые зеленые) — 250 г, яйца — 3 шт., молоко — 1 стакан, масло растительное, соль, мускат.*

Нарезанный маленькими кубиками лук обжарить в разогретом жире, добавить нарезанные грибы, посолить, оставить готовиться. На противне разогреть растительное масло, положить слоями половину готовых спагетти, об-

жаренные бобы, грибы, сверху — оставшуюся половину спагетти. Яйца, соль и мускат взбить с молоком, добавить в спагетти. Готовить на слабом огне или в духовом шкафу.

КЛЕЦКИ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ

➢ *Манная крупа — 200 г, молоко — 0,5 л, масло сливочное — 1 ч. ложка, яйца — 4 шт., молотые сухари — 2–3 ст. ложки, соль, сахар.*

Сварить манную кашу. Когда каша охладится, смешать ее со сливочным маслом, яйцом и сухарями в таком количестве, чтобы получилась масса, из которой можно хорошо оформить клецки. Добавить соль и сахар по вкусу. Варить в слегка подсоленной воде. Смешать отваренные клецки с поджаренными в сливочном масле сухарями.

Подавать на стол к клецкам густой компот из свежих слив.

КЛЕЦКИ ИЗ КАРТОФЕЛЯ

➢ *Картофель — 400 г, мука — 100 г, масло сливочное, белый хлеб, яйца — 1 шт., молотые сухари — 20 г, соль.*

Картофель, сваренный в подсоленной воде и протертый через сито, смешать с мукой, желтком и взбитым белком. Поджарить в сливочном масле белый хлеб, нарезанный кубиками, вместе с сухарями и смешать с картофельной смесью. Вымесить до получения однородной массы. Из полученной массы сделать клецки и сварить их в подсоленной кипящей воде, потом смешать клецки с сухарями, поджаренными на сливочном масле.

КЛЕЦКИ С ОВОЩАМИ

➢ *Масло сливочное или маргарин — 40 г, яйца — 5–6 шт., мука — 25 г, соль, мускатный орех, немного зелени.*

Масло, яйца, немного соли, мускат и зелень смешать. Муки добавить столько, чтобы получилось твердое тесто. Смоченной в холодной воде ложкой брать тесто и опускать

в кипящую подсоленную воду или бульон. Варить 12–15 минут на слабом огне.

Подавать с овощами.

БЛИНЫ СО ВЗБИТЫМИ СЛИВКАМИ

➢ *Мука — 3 стакана, соль — 2 ч. ложки, сахар — 2 ч. ложки, дрожжи — 2 ст. ложки, молоко — 1,5 стакана, яйца — 2 шт., густые взбитые сливки — 0,5 стакана.*

2,5 стакана муки смешать с солью и сахаром. Добавить разведенные в молоке дрожжи. Поставить тесто подниматься в теплое место на 3 часа. Затем вбить 2 желтка, добавить 0,5 стакана муки. Влить 2 белка, взбитых в густую пенистую массу, смешать со взбитыми сливками. Если тесто получилось слишком густым, развести немного молоком. Печь блины на плите.

БЛИНЫ ЯБЛОЧНЫЕ

➢ *Мука — 2,5 стакана, яблоки кислые — 3 шт., дрожжи — 50 г, масло сливочное растопленное (или маргарин) — 0,75 стакана, сливки — 1 стакан, молоко — 1 стакан, соль.*

Яблоки испечь в духовке, протереть сквозь сито. Половину муки развести молоком, добавить дрожжи и поставить в теплое место. Когда опара подойдет, положить яблочное пюре, размягченное маслом, всыпать остальную муку, добавить яйца, взбить тесто до гладкости, посолить, развести сливками до густоты сметаны, поставить в теплое место, чтобы снова подошло, и выпекать блины.

БЛИНЧИКИ
(основной рецепт)

➢ ***Для теста:*** *мука пшеничная — 500 г, сахар — 15 г, яйцо — 1 шт., соль — 0,25 ч. ложки, молоко — 0,5 л.*
➢ ***Для выпекания:*** *сало свиное — 20 г.*
➢ ***Для подачи:*** *масло сливочное — 15 г, или сметана — 20 г, или молоко кислое — 180 г.*

Эти изделия готовят из очень жидкого пресного теста.

Яйца и соль хорошо размешать, добавить половину положенного по норме количества молока, всыпать просеянную муку (пшеничную тонкого помола) и, размешивая, добавить остальное молоко. Тесто получится жидким, как негустая сметана. Небольшие (порционные) сковороды нагреть, смазать жиром, налить на них тесто и равномерно распределить его по всей сковороде. Когда блинчик пропечется, его снять со сковороды или переворачивать сковороду над столом и стряхивать.

При подаче блинчики полить сметаной, маслом или подать отдельно кислое молоко.

БЛИНЧИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ТВОРОГОМ

➢ *Для теста: яйца — 2 шт., соль, по 1,5 стакана молока и воды, мука — 200 г.*

➢ *Для фарша: картофель — 800 г, творог — 150–200 г, лук репчатый — 50 г, жир — 40 г, соль, перец.*

Картофель хорошо промыть, отварить, очистить, пропустить через мясорубку вместе с творогом и очищенным, нарезанным кружками обжаренным репчатым луком. Добавить соль, перец по вкусу, размешать.

Поджарить блинчики, затем каждый блинчик равномерно намазать начинкой, сложить вчетверо. Положить на сковороду с сильно разогретым жиром и быстро обжарить с обеих сторон.

БЛИНЧИКИ С ТВОРОГОМ

➢ *Для теста: мука — 500 г, молоко — 0,5 л, яйца — 1 шт., соль и сахар — по 0,5 ч. ложки.*

➢ *Для фарша: творог — 400 г, сметана — 100 г, сахар — 100 г, яйца — 2 шт., изюм — 30 г, пресная булка, лимонная цедра.*

Выпечь блинчики. Протертый через дуршлаг творог, сметану, сахар, тертую лимонную цедру, пресную булку, нарезанную кубиками, изюм, 2 желтка и крепкую пену из 2 белков хорошо вымешать до получения однородной

массы. Этой массой начинить блинчики, уложить их в огнеупорную посуду, залить смесью сметаны и сливочного масла и поджарить.

БЛИНЫ ПО-ШВЕДСКИ

➢ *Мука — 150 г, молоко — 300 г, сахар — 50 г, яйца — 3 шт., масло для жарки — 20 г, соль — 10 г.*

Муку просеять, добавить молоко, сахар, соль и яйца. Хорошо перемешать и жарить блины на сковородках.

Подавать блины со сладкими соусами, по традиции — по четвергам вечером.

БЛИНЫ ГОЛЛАНДСКИЕ

➢ *Мука — 250 г, густые сливки — 1 стакан, масло топленое сливочное — 70 г, яйца — 10 шт., сахар — 1,5 стакана, варенье.*

Деревянной ложкой растереть масло с 0,5 стакана сахара, добавить 3 желтка и 50 г муки. Начинать взбивать тесто, постепенно вливая сливки. Отдельно с небольшим количеством сахара взбить 6 белков. Добавить в тесто. Испечь блины. Приготовить меренгу из 4 белков и 1 стакана сахара. Горячие блины сложить в смазанную маслом эмалированную кастрюлю, перекладывая вареньем. Залить меренгой и поместить в духовку на 10–15 минут.

БЛИНЧИКИ С ЯБЛОКАМИ

➢ *Мука — 1 стакан, молоко — 1 стакан, сахар — 4 ст. ложки, яблоки — 4 шт., оливковое масло для жаренья — 8 ст. ложек, соль, сахарная пудра, корица.*

Желтки растереть с сахаром, развести молоком, добавить муку, размешать. Яблоки очистить, натереть на крупной терке. Взбить белки в пену и вместе с яблоками положить в тесто, осторожно перемешивая. Жарить небольшие блинчики на хорошо разогретом жире. Посыпать сахарной пудрой, смешанной с корицей. Сразу же подавать на стол.

БЛИНЧИКИ С МОРКОВЬЮ И ИЗЮМОМ

➢ *Для теста: мука — 1,25 стакана, молоко — 2 стакана, яйца — 1 шт., сахар — 1 ч. ложка, масло сливочное — 4 ст. ложки, соль.*

➢ *Для фарша: морковь — 6 шт., изюм — 60 г, сахар — 4 ч. ложки, масло сливочное — 2,5 ст. ложки, сахарная пудра — 2 ч. ложки, сметана — 0,5 стакана.*

Приготовить жидкое пресное тесто из яиц, молока, сахара, соли и муки. Блинчики выпечь на небольшой сковородке, смазанной топленым салом или сливочным маслом.

Очищенную морковь мелко нашинковать и тушить со сливочным маслом, после чего добавить сахар, изюм и перемешать. Положить фарш на блинчики, завернуть их конвертом, обжарить и поставить в духовку на 5–6 минут. Посыпать сахарной пудрой, отдельно подать сметану.

СОДЕРЖАНИЕ

Быстрый завтрак

Составитель *Л. Бушуева*
Обложка *Дизайн-группа «Форпост»*
Редактор *С. Рублев*
Верстка *Е. Турова*

Подписано в печать с оригинал-макета 15.09.2006
Формат 84x108$^1/_{32}$. Гарнитура «Times».
Усл. печ. л. 3,36. Тираж 20 000 экз. Заказ № 5180.

ООО ИД «Владис»
344064, г. Ростов-на-Дону, пер. Радиаторный, 9

ОАО «Владимирская книжная типография»
600000, г. Владимир, Октябрьский проспект, д. 7.
Качество печати соответствует качеству предоставленных диапозитивов

В книге приводятся рецепты вкусных блюд для каждодневного приготовления из продуктов, которые всегда есть под рукой у хозяйки.

Воспользовавшись этими рецептами, Вы значительно сэкономите время и порадуете своих близких разнообразным и питательным кушаньем.

Приятного аппетита!

